



**GÖTEBORGS UNIVERSITET**  
*Institutionen för socialt arbete*

---

# **”Äktenskapet handlar inte om att bli kär det handlar om att fortsätta vara kär”**

**EN STUDIE OM PARFÖRHÅLLANDEN SOM HÅLLER**

Socionomprogrammet  
Vårterminen 2007  
C-uppsats, 10p  
Författare: Malin Palm & Anna Nilsson  
Handledare: Annika Halén

## **Abstract**

**Titel:** Äktenskapet handlar inte om att bli kär, det handlar om att fortsätta vara kär. En studie om parförhållanden som håller.

**Författare:** Anna Nilsson och Malin Palm.

**Nyckelord:** Långa parrelationer, individualitet, intimitet, modernitet, kärlek.

**Syfte:** Det övergripande syftet med uppsatsen är att ta reda på vilka faktorer som gör att långvariga parrelationer håller. Med parrelation menar vi i denna studie kärleksrelationen mellan man och kvinna.

Studien är kvalitativ och vi har använt intervjuer som undersökningsmetod. Vi har valt att intervjua fyra etniskt svenska kvinnor från företrädesvis medelklass. Vid analysen av empirin har vi utgått från ett teoretiskt perspektiv med fokus på modernitet och individualitet samt tidigare forskning och på detta viset visat olika vinklar på parförhållandets vara.

Modernitetsperspektivet och den tidigare forskningen visade, i samklang med empirin, på en rad faktorer och företeelser som gör att långa parrelationer håller. Sammanfattningsvis utgörs dessa faktorer av parternas förmåga att ge varandra ömsesidig frihet och tillåtelse att förverkliga individuella drömmar, samt att prioritera varandra och förhållandet och både kunna ge och ta emot intimitet från den andra. Att göra saker tillsammans och inte ta varandra och kärleken för givet skapar ett starkt förhållande som klarar kriser. Vi har också kunnat se att dessa par har få konflikter kring vardagssysslor. De tycks ha hittat en form för utförandet av dessa sysslor som båda parter upplever tillfredsställande.

### **Ett stort tack till...**

- våra informanter som ställt upp med en mycket större öppenhet och vilja att få oss att förstå än vi skulle kunna ha föreställt oss, utan er hade vi inte kunnat skriva vår uppsats. Tack för er tid och energi.
- vår handledare Annika Halén som varit ett bollplank under resans gång.
- Olle för att du alltid ställer upp med din närvaro och ditt engagemang, mitt natten som tidiga mornar. För många viktiga och intressanta tips och infallsvinklar.
- våra före detta klasskamrater som tipsat, och hjälpt oss ur frustrerande moment under uppsatsskrivandet.
- andra vänner som inte haft några sociala krav på oss under denna hektiska tid, och för era lugnande ord under tiden för studien.
- Emil som lånade ut sin ljudutrustning i samband med intervjuerna.

.

## Innehållsförteckning

1. Inledning.....	5
SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR .....	6
2. Tidigare forskning .....	7
ATT ÄLSKA I NÖD OCH LUST? .....	7
PERSONLIGHETENS BETYDELSE .....	8
KOMMUNIKATIONENS BETYDELSE.....	9
ATT TA HAND OM SIN PARRELATION .....	11
GOTTMANS 7 GYLLENE REGLER FÖR EN LYCKLIG KÄRLEKSRELATION .....	12
3. Teoretiskt perspektiv .....	13
INDIVIDUALISMEN I DET MODERNA SAMHÄLLET .....	13
PARRELATIONEN.....	15
4. Metod.....	17
AVGRÄNSNINGAR.....	17
KVALITATIV FORSKNINGSMETOD .....	17
ANALYSMETOD .....	18
KVALITETSASPEKTER.....	19
URVAL .....	19
LITTERATUR .....	20
ETISKA ÖVERVÄGANDEN .....	23
ANALYS OCH RESULTATREDOVISNING .....	24
5. Analys.....	25
INDIVIDEN OCH SAMHÄLLET .....	25
Jämställdhet .....	25
Att uttrycka känslor –ytterligare en aspekt på jämställdhet .....	29
Frihet kontra trygghet.....	31
PARRELATIONEN.....	33
Kommunikation .....	33
Personlighetens betydelse .....	38
Passion, Respekt och Ömhet .....	39
Pappa var mitt allt.....	45
6. Slutdiskussion.....	47
Litteratur .....	49

*"Det finns många typer av kärlek; moderskärlek, syskonkärlek, kärlek mellan vänner. Men vi ska tala om erotisk kärlek, passionerad kärlek, de älskandes kärlek, parkärlek; Den kärlek som får oss att säga "jag älskar dig". (Alberoni;1996)*

## 1. Inledning

Vi är två människor som hoppas på kärleken. Vi söker båda efter den rätte, den vi vill dela våra liv med, och när en fantasi om den eviga kärleken. Krossade hjärtan, trassliga förhållanden och oinfriade förväntningar på parförhållandet strör dock grus i tankemaskineriet. Ibland tycks det som att långa förhållanden kräver mer uppoffring än de ger nöje. Är det alltför krävande att leva i en livslång parrelation? Det ökande antalet skilsmässor och ensamhushåll kanske är ett tecken på detta?

Vi befinner oss båda mitt emellan tjugo och trettio och förhoppningen om att träffa, eller ha träffat, honom med stort H tar upp stort utrymme i samtal med vänner och familj. En av oss lever i ett långt förhållande, och tänker att den hon är tillsammans med är den hon kommer att dela livet med. En av oss lever i gränslandet mellan singel och ett helt nytt förhållande. Viljan och hoppet att kärleken ska bestå finns där, men finns det en möjlighet att leva tillsammans med samma människa ett helt liv i ett samhälle där fokus ligger på individuellt förverkligande? Parrelationer och familj i samspel tycks gå stick i stäv med den moderna människans krav på frihet och valmöjligheter.

Vi omgivs dagligen av ett lyckomaximeringsideal, där kär, vacker, spännande har en avsevärt mer positiv klang än omtänksam, uthållig och vardaglig. Detta tror vi innebär en påfrestning för långa relationer, som förmodligen inte kan vara ständigt fantastiska. Kan föreställningen om evig kärlek och lycka vara stjälpande i sig? Är förväntningarna på parförhållandet för höga?

Ovanstående kaos av förhoppningar, förväntningar, rädslor, skepsism och osäkerhet har gjort oss nyfikna på hur människor i det moderna samhället klarar av att leva i långa förhållanden. Vad är det som får förhållanden att hålla ihop?

Att studera ett ämne som långa parförhållanden känns viktigt i en tid då en stor del av den mediala bilden av parförhållanden uppehåller sig vid det glamorösa, samtidigt som de allra flesta föreställer sig att de ska leva i ett livslångt förhållande och därmed också dela vardagen med varandra. Sällan beskrivs vad det är som gör att ett förhållande som varat i många år, genom upp- och nedgångar, har hållit. Vi vill utgå från ett salutogent perspektiv och få en inblick i vad som gör ett förhållande tåligt och hållbart, istället för att se på varför par separerar. Inom socialt arbete finns en tendens att fokusera på det problematiska och det som

inte fungerar. Därför tycker vi att det känns intressant och viktigt med ett perspektiv som visar vad som faktiskt är bra och vad som gör att människor håller ihop under större delen av sina liv.

### **Syfte och frågeställningar**

Det övergripande syftet med uppsatsen är att ta reda på vilka faktorer som gör att långvariga parrelationer håller. (Med parrelation menar vi i denna studie kärleksrelationer mellan man och kvinna, för vidare diskussion om val av målgrupp se metodkapitel.) Syftet är nedbrutet i fyra frågeställningar:

*Hur viktigt är det att parterna jobbar på sitt förhållande?*

*Hur viktigt är parternas självständighet?*

*Hur viktigt är det att parterna är jämställda?*

*Hur viktig är kärleken i förhållandet?*

## 2. Tidigare forskning

### **Att älska i nöd och lust?**

För 500 år sedan var den beräknade medellivslängden ca 30 år. Att dö i barnsäng var vanligt; mammor gav sina döttrar en bit sidentyg för att sy sig en brudklänning av – sex eller sju år senare skulle det användas som hennes svepning (Jacobs;2004). Dagarna ägnades åt att överleva, att tillfredsställa de basala behoven, och att lova att leva vid varandras sida innebar troligtvis inte att man skulle bli gamla tillsammans (ibid). Enligt Luhman (2003) finns det ingenting som säger att äktenskapet på denna tid byggde på kärlek, utan de starkaste skälen till att äktenskap ingicks var snarare ekonomiska avväganden mellan släkter. Historiskt har äktenskapet också handlat om kvinnans ekonomiska beroende av mannen, vilket gjort att hon därmed haft svårt att skilja sig. Så är det inte idag: en kvinna klarar en skilsmässa ekonomiskt, vilket har gett henne betydligt större makt än vad hon tidigare haft i äktenskapet.

På 1900-talet, när många av västvärldens länder uppnått en så stabil ekonomi att livet inte längre behövde vara en kamp för att överleva, började äktenskap instiftas huvudsakligen på grundval av personliga val och kärlek (Jacobs; 2004). Den rena relationen, d.v.s. en relation grundad på ett fritt val, växer fram, och äktenskap ingås på en basis av människors känslor och viljor snarare än något annat (Giddens; 1996). Den plastiska sexualiteten, d.v.s. sexualitet utan fortplantningssyfte, blir möjlig, vilket också påverkar äktenskapet och relationssfären (ibid). I dag har sexualiteten mellan individer i parförhållande blivit något som håller ihop och bidrar till kvalité i relationen. Därför kan sex också bli ett känsligt ämne i många äktenskap. Det kan skapa konflikter och sårade känslor (Gottman; 2002). Med den rena relationen som riktmärke är det viktigt att prata om hur man vill ha det på ett sätt som gör båda trygga. Sex ska handla om att komma varandra nära, ge varandra njutning och att känna sig uppskattad. Om man har olika önskemål och behov så är det inte ett misslyckande. De par som kan hitta formen för ett lyckligt sexliv får mycket intimitet gratis. Även Böhm (2006) menar att sex gör relationer intimare och ger en starkare vi-känsla.

Äktenskapet är en av de institutioner som påverkats kraftigt av jämlikhetsutvecklingen. Kvinnor är idag, liksom mannen alltid varit, självförsörjande. Med egen ekonomi, och därmed möjlighet att skilja sig, har äktenskapet också blivit labilare. Dess nya form har inte riktigt utkristalliserats ännu menar sociologen Arli Hochschild (Jacobs; 2004). Idag förvärvsarbetar 75% av alla kvinnor i Sverige (<http://www.scb.se;070425>), samtidigt som de bär det största

ansvaret för hemmets sysslor. Denna dubbla arbetsbelastning gör att kvinnor ofta känner att de får ta en orättvist stor arbetsbörda (Jacobs; 2004). I stabila äktenskap delar parterna ofta på ansvaret för de dagliga hushållssysslorna (Möller; 2003). Det har framkommit att par som delar upp hushållssysslorna har större chans att bli lyckliga med varandra. Ofta handlar det om upplevelsen av att leva jämställt. Det är det som skapar känslan av tillfredställelse. Jacobs (2004) menar att det är bra att sträva efter ett jämställt äktenskap. Idag är inte institutionen – äktenskapet uppbyggt för att vara jämställt. Därför är det något parterna måste prata om och ständigt värdera som viktigt. Annars är det lätt att slinka in i gamla mönster som t.ex. ens föräldrar hade. (Jacobs;2004)

Ett otillfredsställande äktenskap har svårt att överleva i dagens samhälle. Ekonomi, självupppoffring, rättsliga förordningar och samhällets tryck motiverar inte längre olyckliga äktenskap (Jacobs: 2004). För att få äktenskapet att fungera idag så behöver båda parterna känna att de trivs i förhållandet (ibid).

### **Personlighetens betydelse**

Gattis och Berns (2004) har studerat hur parternas personlighet påverkat tillfredställelsen hos äkta par. Att vara medkännande/medgörlig, samvetsgrann/medveten och att ha en öppenhet för upplevelser är komponenter som visat sig stärka förhållanden, medan det visat sig att det kan vara negativt att vara väldigt utåtriktad.

Det finns flera studier som antyder att en neurotisk personlighet påverkar förhållanden negativt (Lavee/Ben-Ari; 2004, Gattis/Berns; 2004, Möller 2003). Neuros betecknar en mängd olika typer av mindre allvarliga psykiska besvär (Cullberg; 2000). Exempel på moderna diagnoser som från psykoanalytisk synpunkt skulle betraktas som neuroser är bland annat fobier, ångeststörningar och tvångsproblem (ibid). Lavee/ Ben-Aris (2004) studie av israeliska par visar att kvinnor uppfattar kvalitén på äktenskapet sämre om mannen är neurotisk i hög grad, däremot påverkas inte mannen i lika hög utsträckning om kvinnan är neurotisk. Detta förklaras genom att kvinnor oftare är neurotiska och därför med större sannolikhet påverkas av makens oroliga drag.

Den neurotiska personens bild av förhållandet påverkas negativt av den oro och de negativa känslor personen känner, vilket gör att denne oftare idealiserar mindre och har svårare att se de positiva delarna i förhållandet. Detta leder till instabilare äktenskap eftersom det finns ett



positivt samband mellan att idealisera sin partner och att vara lycklig i sitt äktenskap. (Lavee/Ben-Ari; 2004). Flera andra författare belyser dock vikten av att inte idealisera sin partner, något som tas upp nedan under rubriken: *Att ta hand om sin parrelation*.

### **Kommunikationens betydelse**

I äldre tider kunde man kanske tillåta sig att reagera på meningsskiljaktigheter med gräl och kylig tystnad, när äktenskapet ändå hölls samman av yttre faktorer (Jacobs; 2004). I dagsläget när kärleken mellan två ofullkomliga individer ska hållas samman av bådass vilja har, enligt Jacobs (2004), adekvat kommunikation fått en ovärderlig plats i ett lyckligt äktenskap.

Jacobs (2004) menar att det är viktigt att kommunicera sina önskningar utan att få dem att låta som behov. Han menar att bra kommunikation är en grundpelare till förändring; om man har outredda konflikter är det svårare att visa uppskattning, ge beröm och komplimanger. Det är dessutom väldigt svårt att ta till sig kritik som framställs på ett oövertänt eller kränkande sätt (ibid).

En förmåga att uttrycka känslor stärker äktenskapets kvalité (Gattis/ Berns; 2004). Med förmåga att uttrycka känslor menar man förmåga att uttrycka glädje, entusiasm och energi, men även negativa känslor som rädsla och upprördhet samt personens tendens att reagera impulsivt (Lavee/Ben-Ari; 2004). Det är positivt för partnern att få ta emot tillgivenhet, ömhet och kärlek samtidigt som det är jobbigt att utsättas för frustration, ilska och bitterhet. Gattis och Berns (2004) såg även ett mönster i sin studie som kan tyda på att det kan handla om huruvida kvinnan och mannen är lika varandra i dessa avseenden, d.v.s. att äktenskap där parterna har lika lätt respektive svårt att uttrycka känslor håller längre.

Lavee och Ben-Ari (2004) har genomfört en studie på israeliska par som visade att det var viktigare för kvinnorna att männen hade förmåga att uttrycka positiva känslor än tvärtom. Det är rimligt att anta att socialisationen ligger till stor grund för detta. Flickor leker redan från mycket ung ålder lekar där tonvikten läggs vid känslor och det sociala samspelet, medan pojkars lekar är fokuserade på prestation, lagarbete och snabb konfliktlösning (Bjerrum-Nielsen; 1991). Resultatet blir att kvinnors emotionella intelligens i regel är högre, och de har lättare att prata om och uttrycka känslor än män. Att denna egenskap är något som värdesätts högre bland kvinnor kan alltså vara ett resultat av att de flesta kvinnor är så bra på det att

deras män inte behöver sakna det, eller att deras egen oförmåga att uttrycka känslor också minskar deras behov av att hustrun gör det (Gottman; 2002).

John Gottman är amerikansk psykolog och har sedan 70-talet studerat par. Han har utvecklat en teori som han kallar balansteori, vilken behandlar parrelationers stabilitet (Gottman 1994). Han menar att det finns fem typer av parrelationer: tre reglerade typer och två oreglerade typer, där de tre första innefattar relationer som har större chans att hålla över tid än de två sista. Han menar att reglerade par är som en ekologi, med skillnaden att det handlar om människors samspel och inte djurs och andra arters samspel.

Vad som utmärker reglerade parrelationer är att positiv och negativ problemlösning och positiva och negativa känslor fördelas på ett sätt som gynnar förhållandet. De tre reglerade typerna är enligt teorin (vi har gjort en fri översättning av begreppen):

1. *Himmel- och helvete äktenskapet (volatile)*: I detta äktenskap balanseras mycket negativ affekt upp av mycket skratt, humor och passionerad kärlek. Neutral affekt tillhör ovanligheterna i detta äktenskap. Detta betyder att känslor är starka och stora både när paret grälar och bekräftar varandra positivt.

2. *Det övervägande äktenskapet (validator)*: I det här äktenskapet väljs konflikter noggrant. Att konfrontera varandra sker efter övervägning. De ger varandra stöd och förståelse i hög grad, men på ett lugnare och mindre passionerat sätt än himmel- och helvete äktenskapet. Relationen innehåller mycket värme och vi-känsla, men mindre hetta och lite tjafs.

3. *Det undvikande äktenskapet (avoider)*: Det här äktenskapet innehåller mycket neutral affekt. Det vill säga att äktenskapet kräver minimalt med konflikter. Samspelet är lugnt och det finns tendenser till känslomässig distans. (Gottman; 1994)

Balansteorin innebär att i himmel- och helvete äktenskapet möts mycket negativa känslor av mycket positiva känslor. I den övervägande parrelationen möts måttligt med negativa känslor av måttlig grad av positiva känslor. I det undvikande äktenskapet möts väldigt få negativa känslor av lite positiva känslor. Paret engagerar sig inte mycket i varandra. Gottman (1994) anser att man kan använda ordet energi för att symbolisera de olika samspelet inom äktenskap. Mängden energi är störst i det känslolösa himmel- och helvete äktenskapet och minst i det undvikande äktenskapet. En följd av Gottmans balansteori är att han motsäger sig att adekvat kommunikationsklimat är nödvändigt för att ett äktenskap ska kunna hålla. Han menar att äktenskap med diverse dysfunktionella kommunikationsmönster kan hålla, så länge balansen mellan negativ och positiv feedback finns.

De oreglerade relationerna har, enligt Gottman (1994), inte så stor chans att överleva. Det som utmärker oreglerade relationer är att det snarare finns kaos, än balans mellan positiva och negativa känslouttryck. Exempelvis kan mycket negativa känslor mötas av väldigt lite positiva känslor. Detta anser Gottman (1994) vara ohållbart i längden.

Varför vissa personer väljer, och hamnar i, vissa typer av relationer är också en intressant fråga. Gottman (1994) menar att personer ofta har en känslomässig bekvämlighetsnivå. Ofta ingår man i en relation som motsvarar ens egen energinivå. Det är dock viktigt att påpeka att detta inte är statistiskt signifikant i Gottmans studier, samt att han till och med kunnat påvisa att motsatt mönster förekommer, exempelvis att en väldigt lugn person lever tillsammans med en mer energisk person och att de tillsammans har ett övervägande äktenskap. Det handlar då om att man påverkar varandra med sina energinivåer.

### **Att ta hand om sin parrelation**

Mycket av den litteratur som finns om långvariga relationer berör vikten av att arbeta på och inte ta sitt äktenskap för givet (Böhm; 2006, Jacobs; 2004, Gottman; 2002, Alberoni; 1996).

Böhm (2006) menar att alla förhållanden, i ett relativt tidigt skede, tvingas välja väg: fortsätta på förälskelsens idealisering (och förr eller senare bli besviken, eftersom partnern aldrig är fullkomlig), välja antiidealisering (med tristess och lustförnekelse som följd) eller välja den tredje vägen. Den tredje vägen innebär ett mellanting: acceptans av partners ofullkomlighet, samt ett engagemang och förtroendefullt sätt mot varandra. Skavanker underordnas kärleken, och relationen övergår från att sköta sig själv i förälskelsens romantiska skimmer till att kräva utvecklingsarbete. På samma sätt beskriver Alberoni (1996) kärleken som något man väljer. Den befästs enbart om man vill och om man jobbar med den. För att få den att bestå krävs ett starkt viljebidrag. Gottman (2002) pekar också på vikten av att acceptera sin partner, eftersom det dels tar tid och kraft, dels är omöjligt, att på ett grundläggande sätt förändra denne. Jacobs (2004) menar att makarna måste ha mycket tid för varandra, och prioritera varandra. Han menar att många försummar sitt äktenskap, och att passivitet och tron på kärlek och självklar äktenskaplig lycka är de största hoten mot långa parförhållanden.

## **Gottmans 7 gyllene regler för en lycklig kärleksrelation**

John Gottman (2002) säger sig ha den mest omfattande parrelationsstudien i världen; den innefattar totalt 700 par. Studierna har han delvis genomfört under terapitimmar, men främst genom observation och intervjuer med paren.

Gottman (2002) har kommit fram till sju saker som gör långa förhållanden starka.

1. *Detaljerade kärlekskartor.* Med kärlekskartor menar Gottman (2002) kunskaper om varandras liv: intressen, tankar, önskemål, preferenser. Utförliga kunskaper om varandra gör relationen förtrolig och gör det lättare att förstå partnern i situationer av oenighet.
2. *Ömsesidig respekt och ömma känslor.* Om paret kärleksfullt kan berätta om sin första tid tillsammans är det ett gott tecken.
3. *Söka sig till varandra.* Det handlar om att vända sig till sin partner, i små och stora situationer. Gottman (2002) beskriver det som att en av parterna riktar en inbjudan till den andre. Det kan handla om ömhet, uppmärksamhet eller tröst. Partnern kan välja att ta emot och ge tillbaka eller låtsas som ingenting. Om partnern väljer kontakt vid dessa tillfällen skapas möjlighet till kärlek, passion och bra sexliv. Det är ett sätt att visa uppskattning i vardagen och att ta varandra på allvar.
4. *Fatta beslut tillsammans.* Det är viktigt att båda är delaktiga i viktiga beslut, till stor del för att visa varandra respekt. Historiskt har mannen haft beslutanderätten i familjen, och har fortfarande i traditionella förhållanden, därför är det extra viktigt att mannen är villig att dela beslutsfattandet med kvinnan.
5. *Lösa de problem som går att lösa.* Här pekar Gottman (2002) på vikten av att inte alltid behöva ha rätt, att kunna kompromissa, inte hetsa upp sig och ha överseende med varandras brister och svagheter.
6. *Bryta dödlägen.* Punkter där man faktiskt inte kommer någonstans måste lösas med dialog. Det handlar om att acceptera varandras drömmar och önskningar och inte ge upp bara för att de är olika mot ens egna. Att hitta en preliminär kompromiss som gör att man sedan kan jobba vidare i vänskaplig anda är viktigt. Par som ställer höga krav på sin relation och fortsätter jobba på svårlösta konflikter finner en större gemenskap än de som sopar obehagligheter under mattan.
7. *Hitta en gemensam grundsyn.* Det är viktigt att utveckla en egen kultur i form av gemensamma ritualer och symboler eftersom detta stärker tvåsamheten.

### 3. Teoretiskt perspektiv

Det teoretiska perspektivet vi har valt bygger på teser om individualitet och modernitet. Området är enormt stort och innefattar en ocean av olika strömningar och vinklar på området modernitetens konsekvenser. Vi har valt att främst utgå från texter som behandlar individens roll i det högmoderna samhället. Vi kommer inte på något sätt att försöka göra en heltäckande skildring av ämnet. I denna uppsats handlar det om att på ett kortfattat sätt plocka fram de delar av det moderna samhället som får konsekvenser för det långa parförhållandet.

#### **Individualismen i det moderna samhället**

Giddens (2005) beskriver att det från början av den moderna epoken har funnits en tanke om människans emancipation (frigörelse). Den emancipatoriska tanken bygger på att frigöra individen från hinder och minska orättvisor och ojämlikheter. Det syftar till att göra samhällets institutioner individvänliga. Det ska byggas in en balans mellan frihet och ansvar för sig själv och sin miljö. Bauman (1991) är däremot kritisk till det individualistiska moderna samhället. Han menar att modernitetens utlovade frihet och mångfald av val och möjligheter leder till en obotlig ambivalens hos individen. Individen blir obehagligt medveten om otryggheten i sin existens. Han menar att när vi kommit till full insikt om vilken ambivalent och självutplånande värld vi lever i kommer vi försonas med den och lära oss att på riktigt leva i en värld av obotlig ambivalens. Denna tid kommer att kallas postmodern och i den kommer människan ställa sig kritisk till det högmoderna samhället. Bauman (1991) anser att det moderna samhällets utvecklas så snabbt att det inte längre liknar sig själv, utan är fullt av ambivalens inför livet, oklara normer och en sviktande samhällsform. Än har vi inte hunnit in i ett renodlat postmodernt samhälle men när vi gör det kommer kritiken mot samhället att vara fullkomlig.

Giddens (2005) ser på det moderna samhället som en riskkultur. Inte för att det sociala livet i sig är mer riskfyllt, men för att i modernitetens värld tvingas framtiden hela tiden in i nuet. Det handlar om risker som man förr inte hade en aning om, som nu dyker upp i nuet. Globalt kan det röra sig om krig och naturkatastrofer, men det finns också ständigt en bild av en livsstil i alla olika medier. Självutvecklingen påverkas direkt av hur den globala världen är och hur sociala relationer framställs i media. Därför är individen hela tiden tvingad att reflektera över sin självidentitet.

Giddens (2005) frågar sig vad personliga problem, personliga kriser och sättet personliga relationer är uppbyggda på kan säga oss om det moderna samhället. Moderniteten påverkar på ett grundläggande sätt äktenskapet, familjen och andra institutioner. De sociala omständigheterna och institutionerna i samhället är inte frikopplade från det personliga livet. Det finns inget linjärt samband som säger att samhällsutvecklingen påverkar individen eller tvärtom. När individen brottas med sina privata problem bidrar de till att rekonstruera samhället som högmodernt medan samhällets normer påverkar individens privatliv med sina påtryckningar. Den klassiska sociologen Durkheim menar att individerna måste få känna gemenskap och att det finns en gemensam världsbild att falla tillbaka på. Han menar att denna gemenskap skapas genom nya normer och regler som står i fas med utvecklingen. I dagens samhälle har normerna inte hunnit med och ännu inte anpassat sig till förändringarna som skett i t.ex. individens autonomi och institutionerna. När samhället förändras måste också moral och värderingar förändras (t.e.x. är äktenskapet fyllt av normer som omvärderas i dag/egen anteckning/). Durkheim kallar dagens samhällsform för organisk solidaritet. Den bygger på olikheter och skapar ömsesidigt beroende oavsett om parter vill eller inte. Den tidigare samhällsformen kallar han för mekanisk solidaritet. Den bygger på ett kollektivt likartat medvetande och straff som riktar sig mot avvikare. (Durkheim enligt Boglind;2005)

Det som skiljer den moderna världen från tidigare perioder är främst energin, det höga tempot, vilket gör att sociala förändringar går mycket fortare än förr. Giddens (2005) beskriver globaliseringen och omvandlingen av självidentiteten som två poler som rör sig med hög hastighet. Känslan av att man delar sin värld med andra är bräcklig och inte övertygande. I det högmoderne samhället handlar det om att som individ hela tiden reflektera över sina *egna* möjligheter. Även om man lever i ett parförhållande så är det ett viktigt inslag i vardagen att reflektera över meningen med sin *egen* identitet (Giddens 2005).

Att hitta tryggheten i, och svaren på, de existentiella frågorna är fortfarande viktigt för att känna sig fri och trygg, men verkligen ingen självklarhet, som i tidigare samhällen där allt fanns som fasta regler och där vägskalet inte kom ofta. I dag finns en uppfattning om att vi alla är unika och har speciella talanger som vi bör utveckla. Det var inget som var viktigt i förmoderna samhällen. Då handlade det mer om sociala status och vilket kön man hade. Idag är självförverkligande något fundamentalt. Det är en balans mellan möjligheter och risker. Det finns tusen potentiella sätt att leva på. Självförverkligandet karaktäriseras av att vara sann mot sig själv, att bli fri från beroenden. Naturligtvis betyder detta att parförhållandet blir

omvärderat och utsatt. Men för de som hanterar det också fyllt av tillit och ärlighet. (Giddens 2005)

Det problematiska för individen i det högmoderna samhället är att det finns många val men väldigt lite vägledning om vilka val som är bra att göra. Tidigare har individer oavsett om det handlade om arbete, familj eller fritid levt liv som var jämförbara, vilket förstärktes av att man litade till sitt lokalsamhälle och de värderingar som fanns i detta. I dag lever vi betydligt mer heterogena liv och de flesta har en tanke om att det är bra att göra som man som individ själv vill (Giddens 2005).

### **Parrelationen**

Det moderna samhället har alltså fört med sig tanken om individens självuppfyllande. Därför finns bara möjlighet till intimitet i det moderna parförhållandet om det kan ske demokratiskt. Den strukturella källan till löftet om demokrati i intima relationer är framväxten av det rena förhållandet (Giddens: 1995). Det rena förhållandet innebär att parrelationer i dag existerar bara för sin egen skull. Det viktiga i den rena relationen är förtroendet och eftersom förtroendet inte har något yttre stöd, så som släktens påtryckningar, så måste det byggas upp genom intimitet och öppenhet (Giddens;2005). Hitintills har demokratiseringen av den personliga sfären haft kvinnan som huvudrollsinnehavare, på grund av hennes genom tiderna underordnade ställning. Konsekvenserna har dock berört båda könen mycket. Demokratiska förhållanden definieras av Giddens (ibid) som fria och jämlika förhållanden, där individerna ges autonomi. Det reflexiva jaget, tar Giddens (ibid) upp som benämningen på den moderna människans inre jag och hennes sätt att hela tiden analysera och reflektera över sin existens, sitt samhälle och sina relationer. Han menar att det reflexiva jaget är en förutsättning för att kunna relatera till någon annan på ett jämlikt sätt. Förbud mot våld, respekt och öppenhet är nödvändiga förutsättningar för demokratiskt ordnat samspel (Giddens;1995).

Moderna äktenskap skiljer sig radikalt mot tidigare mer traditionella äktenskap. Långvariga parförhållanden finns i stort sätt inte längre till på grund av ekonomiska skäl, släktens sociala förpliktelser och mannens överordnade roll i förhållande till kvinnan. I Giddens (1995) beskriver Goldberg, professor i psykologi hur kvinnans roll förändrades när hon började förvärvsarbete och förvänta sig en lika uppdelning av hemarbetet. Han skildrar hur mannens roll varit mer fastlåst och hur den fortfarande präglas av en försörjarmentalitet. Enligt honom så befinner sig män i status quo: Om de fortsätter enligt gamla vanor anklagas de för

kvinnoförtryck och sexism. Om de behåller den traditionella rollen samtidigt som de tar hänsyn till nya krav ansträngs de till bristningsgränsen. Och om de släpper den traditionella mansrollen, som bygger på att ha ekonomisk makt i familjen och uttrycka sin styrka och höga status som man, blir de osynliga, osexiga och ovärdiga i många kvinnors ögon (eftersom både kvinnor och män enligt Goldberg tar avstånd från män utan jobb, status och makt). Goldberg bedömer att det finns ett känslomässigt förtryck av mannen. Att det i många sammanhang anses som en kvinnlig sida att visa sig ömtålig och känslsam, även i dagens samhälle där han menar att det borde ingå som en högst naturlig egenskap för båda könen. Eftersom demokratiseringen av parrelationen hitintills har fokuserat på kvinnans frigörelse har problem som det känslomässiga förtrycket av mannen inte uppmärksammas i någon större utsträckning. Lösningen på det privata planet är, enligt Goldberg, att män måste se till att ha relationer med kvinnor som är autonoma individer, så att de tillåts utveckla sina kvinnliga sidor utan att det anses omanligt. På det sättet kan de komma ut på andra sidan det emotionella förtrycket som helare individer. Det rena förhållandet kan dock vara början på förändring även av mannens roll. (Goldberg enligt Giddens 1995)

Det rena förhållandet får en avgörande roll för den moderna identiteten. Eftersom det tillåter en reflexiv självidentitet. Äktenskapet är allt mer tydligt en institution som finns och består så länge parterna finner emotionell tillfredsställelse genom kontakten med den andra människan. Fortfarande finns, särskilt i vissa socioekonomiska grupper, drag av det traditionella äktenskapet kvar, men generellt håller det på att suddas ut. (Giddens; 2005)

Behovet av intimitet tros vara den avgörande anledningen till att det rena förhållandet existerar. Närheten får dock inte bytas ut mot beroende, då brister förhållandet lätt. Och tilliten som det rena förhållandet grundar sig på får inte tas för given. Som i alla andra aspekter av det rena förhållandet måste saker och ting arbetas fram; att lyssna på varandra och bygga tillit skapar intimitet. Det rena förhållandet måste bygga på symmetri. Problemet med det denna typ av parförhållande är att det inte riktigt håller som en källa till trygghet. Förhållandet måste vara så givande för båda under lång tid att det inte splittras upp. Det är inte underligt att "det rena förhållande" ofta skapar mycket oenigheter och gräl. Friheten att lämna skapar motstridiga känslor. Hela tiden måste individerna få lov att skydda och rekonstruera sig själva och sin identitet mot bilden av förhållandet. (Giddens; 2005)



## 4. Metod

### **Avgränsningar**

I vår uppsats har vi valt att endast intervjua kvinnor och således endast uttala oss om det kvinnliga perspektivet av parförhållanden. Med utgångspunkt från vårt syfte valde vi att genomföra ett fåtal långa intervjuer för att få en förståelse för vad som är viktigt för förhållanden. Resultatens generaliserbarhet är begränsad men studien tillför istället en större förståelse för frågan vilket ligger i linje med vår hermeneutiska ansats.

### **Kvalitativ forskningsmetod**

I undersökningen utgår vi från kvalitativ forskningsmetod. Vi anser att ämnet kräver en djupdykning i informanternas liv och vår önskan är inte att göra en heltäckande generaliserbar undersökning, utan att få insyn i färre informanternas åsikter och tankar kring sin parrelation. Att göra en kvalitativ undersökning ger oss möjlighet att insamla ett mer nyanserat material. Risken med att använda sig av kvalitativ metod i detta fall är att uppsatsen behandlar känsliga områden, och att informanterna kanske inte vill ta upp detta när de sitter öga mot öga med oss, utan att det hade varit lättare för dem att göra det i en enkät. Vi tycker dock, trots detta, att en kvalitativ metod bättre tjänar våra syften.

Kvantitativ forskningsmetod syftar på att bestämma mängden eller frekvensen av något (Kvale;1997), medan kvalitativ forskning söker nå kunskap om individens subjektiva upplevelse utifrån hennes egna ord, uttryck eller meningsbeskrivningar (Larsson; 2005). Vi är i vår undersökning inte intresserade av att utröna hur många som lever i långa förhållanden, eller hur stor andel av dessa som är lyckligt gifta. Vi vill istället veta hur de kvinnor vi valt att intervjua uppfattar sitt förhållande och vad som gjort att de valt att leva i ett långt förhållande. Naturligtvis så kommer vi att analysera de mönster vi får fram och se på dessa ur olika synvinklar i analysen.

Inom kvalitativ forskning finns olika metoder. De vanligaste är direkta observationer, öppna intervjuer och dokumentanalyser (Larsson; 2005). Vi anser att intervjuer är mest passande för vår undersökning, eftersom vi då kan ställa de frågor vi önskar. Varken observationer eller dokumentanalys är passande med tanke på ämne och syfte. Observationer skulle med största sannolikhet vara omöjliga att genomföra, med tanke på att människor generellt inte är öppna

för att ha observatörer i sitt hem för att observera deras parrelation. Dokumentanalys skulle inte ge oss möjlighet att ta reda på den information som vi vill ha.

Vår ambition har varit att studera fenomenet långa förhållanden induktivt. Detta betyder att vi genomfört intervjuer utan teoretiska ståndpunkter uppsatta, och sedan låtit teorier växa fram ur intervjumaterialet (Larsson; 2005). Vi har velat låta informanterna leda oss mot en tolkning och inte tvärtom. Ett deduktivt angreppssätt hade inneburit att arbetet skulle ha utformats utifrån teorier, vilket vi anser hade varit begränsande i och med risken att missa viktig information. Ett induktivt angreppssätt anser vi ger oss ett öppnare sinne för informanternas svar. Detta eftersom vi inte låtit vår förförståelse färgas av befintlig litteratur. (Larsson; 2005).

### **Analysmetod**

I vår uppsats har vi valt att använda oss av en hermeneutisk ansats i den hermeneutiska förståelseskolans anda.

Hermeneutik är enligt Ödman (1988) en förståelseinriktad forskningsansats där tolkning utgör den huvudsakliga forskningsmetoden. Inom ramen för en hermeneutisk forskningstradition söks inga absoluta sanningar. Sådana finns nämligen inte, enligt den hermeneutiska kunskapsteorin. Istället söker forskaren nya och mera fruktbara sätt att förstå företeelser som kan vara svåra att hantera i vår vardagsförståelse. Forskningen inom denna tradition handlar ofta om vardagliga situationer där behovet av tolkning är en förutsättning för förståelse av situationen. Hermeneutiken får i detta avseende anses vara en kvalitativ forskningsansats då tolkning av texter, intervjumaterial och observationer i en forskningssituation är central. Det är också inom denna tradition som vi tror att den bästa källan till kunskap finns för det speciella område som vi valt att undersöka.

En hermeneutisk ansats kan stödja oss i forskningsprocessen eftersom den ger oss utrymme till tolkning av strukturens påverkan på individens motivation och valmöjligheter. En annan fördel är att den hermeneutiska ansatsen ger oss möjlighet till att förklara vår egen förförståelse. Att identifiera sin egen förförståelse är enligt Ödman (1988) en viktig process, eftersom den annars kan få ett okontrollerbart inflytande över forskningsprocessen.

Vår förförståelse har präglats av att vi är kvinnor och har en utbildning som inriktar sig på att förstå människor och deras känsloliv. Vi kommer att påverka våra informanter i en viss

riktning, med frågor som vi på grund av kön, ålder, utbildning och klass har valt att ställa. Vi är båda uppväxta i familjer med föräldrar som inte har skiljt sig.

### **Kvalitetsaspekter**

Litteratur som beskriver kvalitativ forsknings generaliserbarhet är ofta mycket försiktig och det förs främst fram att det är svårt - nästintill omöjligt - att generalisera kvalitativa resultat (Larsson; 2005). Traditionellt har det ansetts att man måste kunna kvantifiera för att generalisera, och kvalitativ forskning har fått mycket kritik för att vara ovetenskaplig. Denna kritik slår utanför målet eftersom kvalitativ forskning är ute efter att nå förståelse av ett fenomen (Kvale; 1997). Inom kvalitativ forskning finns dock ett uttryck som kallas extrapolering: en möjlighet att göra försiktiga uttalanden om att undersökningens resultat eventuellt kan gå att tillämpa på liknande fall. Det handlar alltså inte om att statistiskt kunna generalisera sina svar. (Larsson; 2005)

Eftersom vi gör en kvalitativ studie med få informanter kan vi inte generalisera våra resultat och säga att vi vet det rätta svaret på vad som får långa parrelationer att hålla över tid. Däremot kan vi, med uppbackning av läst litteratur, tidigare forskning och teoretiskt perspektiv visa på mönster som verkar återkomma (inom vår specifika målgrupp). Utifrån detta synsätt tror vi att det vi kommit fram till har relevans även för andra långa förhållanden än just de fyra vi studerat.

### **Urval**

Vår första tanke var att försöka hitta informanter via arbetsplatser, utbildningar eller dylikt. Efter lite eftertanke bestämde vi oss dock för ett så kallat bekvämlighetsurval (Larsson; 2005). Vi skickade e-post till samtliga kontakter på vår privata adresslista och beskrev kortfattat ämnet och vilka informanter vi sökte efter.

Vi valde att intervjua kvinnor i parförhållanden för att ge dem en chans att identifiera sig med oss och kanske ha lättare att svara ärligt på frågorna. Efter några veckors arbetande med intervjuguiden insåg vi att vårt induktiva synsätt skulle göra intervjuerna långa och krävande, eftersom vi ville täcka så många områden som möjligt som skulle kunna påverka informanternas parförhållanden. Därför valde vi att intervjua endast fyra kvinnor. Med tanke på att vi inte söker generalisera utan snarare förstå kvinnornas syn på sina förhållanden och därefter se mönster, så tyckte vi att fyra informanter var tillräckligt.

Samtliga informanter har ett förhållande som varat i 30 år eller längre. Vi valde att sätta en undre gräns på 30 år eftersom vi ansåg att förhållandet då troligtvis tagit sig igenom familjebildning, barn som växer och flyttar hemifrån. Kanske har paret flyttat ett par gånger och i vissa fall hunnit byta jobb en eller flera gånger. Vi ville helt enkelt att förhållandena skulle ha genomlevt de påfrestningar i livet som vi ansåg vara förbundet med att leva i ett långt parförhållande. Mark Twain uttrycker sitt synsätt på hur man kan definiera ett långt förhållande på följande sätt: *"Ingen man eller kvinna vet egentligen vad fullkomlig kärlek är, förrän de varit gifta i ett kvartssekel"* (Jacobs, s242;2004).

Vårt bekvämlighetsurval har fört med sig en typ av klassindelning: Det har visat sig att tre av fyra informanter är akademiker och jobbar med människor på olika sätt. Konsekvensen av detta blir att vårt resultat kan ge alternativ på varför förhållanden håller för just etniskt svenska, heterosexuella medelklasskvinnor som är gifta med etniskt svenska, heterosexuella medelklassmän. Troligtvis skulle svaren se annorlunda ut för andra grupper eftersom vi tror att bakgrund, etnicitet och kultur påverkar hur man väljer att leva i ett långt parförhållande. Vi är medvetna om att det är svaren troligtvis varit helt andra om vi ställt frågorna till en indian kvinna i Bolivia, en muslimsk kvinna i Saudiarabien eller en kvinna som lever i den afrikanska öknen.

Vi tycker oss se att de tre informanter som har akademisk utbildning och jobbar med människor har ett liknande förhållningssätt till parförhållandet. Det är rimligt att anta att detta förhållningssätt främst är återkommande bland medelklasskvinnor med högre utbildning. Den fjärde informanten har enbart grundskoleutbildning (det har även hennes man) och har inte arbetat med människor och hennes berättelse om sitt förhållande skiljer sig på många plan mot de andras. På detta vis blir hon undantaget som bekräftar regeln; mönstret vi kan se i de första tre fallen är förmodligen inte enbart en slump utan återkommer troligtvis hos andra kvinnor i samma sociala skikt.

## **Litteratur**

Vi började vår jakt på litteratur med att söka i Libris på orden *långa kärleksförhållanden*, *parförhållanden* och *kärlek*. Vi fick även tips på relevant litteratur från vår handledare och andra på institutionen för socialt arbete. När vi inte kom längre anlidade vi en bibliotekarie på

samhällsvetenskapliga biblioteket, dels för att på ett korrekt sätt hitta litteratur och dels för att få en så neutral litteraturflora som möjligt genom att minimera risken att vi påverkade litteratururvalet alltför mycket med vår förförståelse.

Bibliotekarien hjälpte oss att leta fram vetenskapliga artiklar med hjälp av svenska artikelsök och en sida för utländska artiklar. I förhållande till den tid som står oss till buds anser vi att vi hittat tillräckligt med relevant och intressant litteratur.

Eftersom vi utgått från ett induktivt perspektiv sökte vi i ett betydligt senare skede av uppsatsprocessen efter litteratur till teorier. Efter intervjuerna såg vi ett mönster som vi ville ta fasta på, vilket fick oss att välja modernitet och individualisering som vårt teoretiska perspektiv. För att fånga det intima i parförhållandet har vi valt att använda oss mycket av den tidigare forskning vi hittat inom ämnet.

Att söka litteratur på ett ämne som modernitet och individualitet krävde mycket tålamod och tankebryderier. Ämnet är gigantiskt och sträcker sig långt utanför ramen för det som är relevant att ta upp detta sammanhang. Vi har läst många böcker och valt ut det som vi ansåg viktigt och rimligt att ta upp i en C-uppsats. Vi har ingen avsikt att ge en heltäckande bild av texter kring modernitet, utan har fokuserat på författare som verkar ha lagt en grund inom ämnet och som bidragit till vår förståelse av materialet. Det teoretiska perspektivet kommer att tas upp i vissa valda delar av analysen.

## **Intervjun**

På grund av vårt induktiva förhållningssätt var det viktigt att intervjuerna blev breda och heltäckande. Intervjuguiden är således uppbyggd efter tankar och idéer vi haft inom området.

De olika temana är:

- Uppväxt
- Nätverk
- Parrelationen
- Praktiska omständigheter

Inom dessa teman tas en rad basala aspekter i livet upp. Allt från den känslomässiga kontakten mellan parterna till hur de fördelar hushållsarbetet.

I temat *uppväxt* formulerades frågor om ekonomi, föräldrakontakt och föräldrarnas inbördes relation. Där talades också om tonårsförälskelse och kontakten med skola och vänner under barndomsåren.

Under temat *nätverk* talade vi om kontakten med släkt och vänner i vardagen. Hur nära relationer informanten har utanför sitt äktenskap och om relationer till andra män. Där talade vi också om relationen till eventuella barn och deras påverkan på parförhållandet.

Under *parrelationen* tog vi upp specifika drag hos relationen; vad som är viktigt i deras relation och hur deras förhållande har utvecklats och fortgått. Dessutom togs hypotetiska frågor samt värderingsfrågor angående exempelvis skilsmässor, otrohet, kärlek och ärlighet upp inom detta tema.

*Praktiska omständigheter*, innefattade strukturella frågor och frågor av praktisk art såsom hushållsarbete, boende, ekonomi och utbildning. (Se bilaga)

Kvale (1997) menar att ju spontanare intervjuformen är desto lättare är det att få oväntade och spontana svar från informanten. Det är också viktigt att skapa ett samspel som lätt leder till skratt eller andra känslouttryck, något som underlättas av lättförståeliga och korta frågor (Kvale 1997). För att skapa en dialog och minska känslan av förhör hade vi breda frågor som kompletterades med specificerade följdfrågor om informanten inte i sin egen berättelse nämnde alla punkter vi ansåg viktiga. Vi har varit noga med att följa upp frågorna och verkligen få svar på det vi ville veta. För oss var det viktigt att skapa förtroende under intervjusituationen, då vi menar att det skulle främja ärlighet och spontanitet i svaren. Detta tycker vi att vi lyckades med. Detta eftersom informanterna har känts avslappnade och intervjuklimatet öppet och avväpnat och att tre av informanterna blev så känslomässigt berörda under delar av intervjun att de började gråta. En av informanterna tackade oss för att hon fått prata med oss, och sa att det hjälpt henne att se händelser och mönster i hennes liv klarare. Den fjärde informanten upplevde vi annorlunda än de andra tre. Hon tycktes aningen obekväm och nervös, och emellanåt upplevde vi att hon gav oss de svar hon trodde att vi ville ha. Orsaken till detta kan förmodligen härledas till oss som intervjuare; att vi tillhör olika samhällsklasser och har olika sätt att uttrycka oss på. Vi kände att vi var sämre på att skapa ett förtroendefyllt klimat under just den intervjun.

Intervjuerna utfördes i två av fallen på informantens arbetsplats, i ett av fallen i informantens hem och den fjärde i ett av våra hem. I alla fall har vi låtit informanten bestämma plats (men den fjärde intervjun utfördes i ett av våra hem på grund av ett misstag varken vi eller

informanten kunde förutse). Genom att låta informanten välja intervjuplats ansåg vi att chansen att hon skulle känna sig bekväm var större, och därmed också hennes förmåga att fokusera på intervjun. Riktlinjen som gavs om platsen var att den skulle vara lugn och fri från störningsmoment.

Under samtliga intervjuer var vi båda med. Dels för att ha större möjligheter att uppfatta nyanser, känslouttryck och blickar, men också för att en av oss då kunde ha full koncentration på intervjun och informanten, medan den andre kunde sköta inspelning, tidsperspektiv och ställa frågor som glömts bort. Som hjälpmedel hade vi en diktafon, vilken fungerade utan anmärkning. För oss var det självklart att använda oss av ljudupptagning, eftersom det ger en frihet att koncentrera sig på informanten och intervjun. Vi var även noga med att ta in känslouttryck eftersom vi eventuellt ville använda oss av dessa i analysen. Efter intervjuerna gick vi igenom mönster vi tyckte oss se hos informanten. Vi skrev ner känslouttryck, personlighetsdrag mm.

Intervjuerna är nerskrivna ordagrant, med skratt, tankepauser och suckar. Vi skrev även ner om personen blev tårögd, verkade nervös eller dylikt. Detta gjorde vi för att vi ansåg att det eventuellt kunde vara av värde när vi gjorde analysen. I analysen har vi främst använt detta för vår egen förståelse av materialet.

### **Etiska överväganden**

Enligt Kvale (1997) är det viktigt att ta hänsyn till de etiska aspekterna när man genomför en intervju. Han beskriver intervjuundersökningen som ett moraliskt företag. När en samhällsvetenskaplig uppsats skrivs måste det vetenskapliga syftet ställas mot individens välmående, och det är inte rimligt att en människa som deltar utsätts för lidande.

Innan varje intervju informerade vi informanten om undersökningens syfte och att materialet endast får användas i forskningssammanhang (nyttjandekravet) (Kvale; 1997). Vi informerade även om att deltagandet var frivilligt och att de när som helst kunde avbryta intervjun samt låta bli att svara på frågor som upplevdes obehagliga. Vi informerade om att vi ämnar värna om informanternas anonymitet genom omskrivningar och annat, men att det finns en svårighet att garantera total konfidentialitet vid en kvalitativ undersökning som innefattar få informanter. För att ytterligare ta hänsyn till konfidentialitetskravet har material, skriftligt och inspelat, förvarats så att endast vi och vår handledare kunnat ta del av det. Namn och andra

personliga detaljer nämns inte i materialet, så det går inte att identifiera personerna ens om man har tillgång till materialet. Informationskravet tillgodosågs genom muntlig genomgång.

### **Analys och resultatredovisning**

För att inte bli långrandiga, och för att skapa en mer heltäckande bild av det relevanta materialet, har vi valt att slå ihop analysen med resultatredovisningen. Ett kapitel som enbart redovisar empiri skulle enligt oss ha blivit överflödigt då samma citat sedan skulle ha upprepats i analyskapitlet. Inom kvalitativ forskning gör forskaren - oavsett hur resultatet redovisas - ett val när det gäller redovisning av resultat, d.v.s. citaten som väljs till resultatredovisningen är inte en fullständig redovisning, precis som våra valda citat till analysen inte heller speglar intervjuutskriften fullständigt. Vi anser därför att vår redovisning av empiri är lika objektiv (eller snarare subjektiv) som om vi skulle ha redovisat utvalda citat enskilt. Vår ambition är att på ett så ärligt sätt som möjligt återge informanternas historier, även om vi givetvis kommer att påverka deras utsagor med vår förståelse. Analysen kommer att göras med hjälp av tidigare forskning och valda teorier i samklang med citat och tolkning av informanternas berättelse.

I början av uppsatsskrivandet arbetade vi utifrån följande frågeställningar:

*Vilken betydelse har uppväxten?*

Här syftar vi på informantens uppväxt; relation till föräldrar, föräldrarnas inbördes relation, andra sociala relationer, klass, etnicitet, intressen, dvs ett mycket brett spektrum.

*Vilken betydelse har nätverket?*

Med nätverket avses informantens relationer (vänner, släkt, familj) i dagsläget.

*Vilken betydelse har parrelationens karaktär?*

Här ämnar vi utreda relationens historia, nuvarande form, kommunikationsklimat, känslor.

*Vilken betydelse har praktiska omständigheter?*

Med praktiska omständigheter syftar vi på utbildning, jobbsituation, uppdelning av hushållsarbete, ekonomi etc.

Dessa frågeställningar har hjälpt oss och gett en bra vägledning under intervjuprocessen, men efter att vi genomfört samtliga intervjuer och påbörjade analysen insåg vi att de inte gav svar som var relevanta för vårt syfte. Vi arbetade därför fram nya frågeställningar som vi ansåg



bättre svarade mot vårt syfte. Det är dessa nya frågeställningar som finns att hitta i inledningskapitlet.

## 5. Analys

I det här kapitlet kommer vi att väga empirin mot det teoretiska perspektivet och den tidigare forskningen. Analysen har utförts under rubrikerna *Individen i samhället* och *Parrelationen*. I det förstnämnda kapitlet analyseras och tolkas jämställdhet och frihet under rubrikerna:

*Jämställdhet, Att uttrycka känslor – ytterligare en aspekt på jämställdhet* och *Frihet kontra trygghet*. Det andra kapitlet är indelat under rubrikerna: *Kommunikation, Personlighetens betydelse, Passion, respekt och ömhet samt Pappa var mitt allt*.

Vi har använt fingerade namn i analysen för att slippa opersonliga benämningar. Namnen vi valt är: Ada, Bea, Cecilia och Doris (ABCD).

### Individen och samhället

#### *Jämställdhet*

I detta avsnitt kommer informanternas jämställdhet att utvärderas. Vi kommer att redovisa deras utsagor med hjälp citat och tolkning av dessa. Tolkningen sker delvis genom tidigare forskning.

#### *Om uppfattningen av jämställdhet*

*Vi har hittat formen -Cecilia*

*Vi har hittat en uppdelning som passar oss, även om den inte innebär en femtio-femtiouppdelning av alla sysslor. -Ada*

Alla informanter i vår studie uppger sig vara nöjda med uppdelningen av hushållssysslor och andra praktiska göromål i hemmet. Trots att vi uppfattar två av paren mindre jämställda, i det avseende att kvinnan gör huvuddelen av de traditionellt kvinnliga sysslorna, så har de själva en uppfattning om att de är jämställda i sitt förhållande.

Informanternas upplevelse av jämställdheten tycks bland annat bero på vad de jämför med, d.v.s. vad de har för referenspunkter i sitt tidigare liv och i sin omgivning. I Cecilias fall jämför hon med hur det varit tidigare i deras förhållande, och då tycker hon att de är mer

jämställda i dagsläget. Hon utvecklar resonemanget med att hennes arbetsbörda för närvarande är större än makens, varför det är naturligt att han har fått ett större ansvar för hushållssysslorna i dagsläget. Bea jämför med hur mycket hushållsarbete hennes bror utför i förhållande till hennes man, och hur hennes brors barn påpekar att hennes man står i köket. Citaten nedan visar dessa tankar:

*När barnen var små och han stannade kvar i skolan, på jobbet, och spelade schack istället för att komma hem. Då tyckte jag att det var jobbigt, och funderade på att flytta. Men det gjorde man inte när man hade små barn, de behövde ju båda föräldrarna. –Cecilia*

*Min brors barn brukar säga det, att X jämt står vid diskbänken. De har väl aldrig sett sin pappa på det sättet. –Bea*

---

### *Betydelsen av ursprungsfamiljen*

*Hon sa till mig "du ska ha en utbildning, det ska man ha som kvinna, för du kan aldrig vara självständig i ditt liv om du inte har det". Och hemma, pappa lagade mat, mamma lagade mat, städade jobbade, det...min mamma ville jobba, självklart skulle hon jobba. Pappa bestämde aldrig över henne, aldrig. –Ada*

*Jag är ju egentligen fostrad till att gå i skolan, gifta mig och föda barn. Och stå vid spisen. Alltså, det var ju inte så många som diskuterade att jag skulle utbilda mig till någonting. –Bea*

Ett intressant mönster som framkommit under intervjuerna är att fördelningen av hushållssysslorna i informanternas ursprungsfamilj tycks påverka hur de själva valt att dela upp det i sina äktenskap. De två informanterna som har huvudansvaret för hushållsarbetet i sin nuvarande familj, är uppväxta i traditionella hem och har varken blivit aktivt uppmuntrade av sina föräldrar att ifrågasätta arbetsfördelningen i hemmet eller könsordningen i stort. De två informanterna som lever i förhållanden där man delat upp hushållssysslorna har båda haft mammor som tyckt att jämställdhet och kvinnans ställning är viktiga.

Jacobs (2004) menar att det är viktigt att prata om hur man vill dela upp hushållsarbetet. Gör man inte det, finns risken att man övertar föräldrarnas mönster, vilka generellt sätt delade upp arbetet i hemmet i enighet med att kvinnan var hemma och hade hushållsarbetet som huvudsyssla. Så är det inte idag.

---

*En annorlunda upplevelse av jämställdhet*

*Han var helt uppfylld av att han skulle vara hemma och vara hemmapappa. Och jag sa "visst, okej, fint". Och så fick jag det första barnet som vi har tillsammans och hon la sig upp och ner och jag fick göra kejsarsnitt och det blev lite komplicerat och så va, men efter några månader, ett par tre månader så började jag jobba ändå, och så var han hemma. Och sen fick jag ett barn ganska snabbt igen, och då ville han fortsätta att vara hemma. Och då kände jag, då var jag så trött. Jag gick och fick såna här B vitamin sprutor, jag stod på toaletten och pumpade sån här mjölk, ja det var...jag var fullständigt slut. Och så jobbade man heltid och alltså jag...ja, jag kan känna fortfarande, långa perioder är alldeles blanka (...) därför att jag var så slut. Därför att han skulle vara hemma, det var ju så gulligt, det var ju så fantastiskt att han skulle vara hemma va. Sen när vi fick 5e barnet så sa jag /paus och suck/ ja, han ville ha barn, han ville ha 50 barn /skratt/ Då sa jag "nej, inte om inte jag får vara hemma". Han var hemma lite också, men då var jag hemma större delen av tiden. –Ada*

En av informanterna har en annorlunda erfarenhet av jämlikhet. Ovan berättar hon om när hennes barn var små. Hon upplevde att hennes makes strävan och önskan att få vara hemma påverkade henne även negativt. Hon menar att han var nästintill militant i sin strävan, och att detta bland annat fick negativa effekter på hennes fysiska hälsa.

Som motsats säger Bea:

*Sen finns det ju vissa saker som, som mannen gör bättre än kvinnan anser jag, t.ex. tvätta bilen.*

Bea tillhör det mest traditionella förhållandet i vår undersökning. Hon och hennes man har en klassisk uppdelning av arbetet i hemmet, där han tar hand om trädgården och bilen och hon tar hand om huvuddelen av sysslorna inomhus (de delar på matlagning och disk). Bea uppger, som citatet visar, att hon har en ideologisk tanke om att det traditionella sättet att lösa hushållssysslorna på är det bättre. Hon vill att det ska finnas en distinktion i vad hon gör och vad hennes man gör. Ändå visar nästa citat på att det inte är helt självklart hur saker och ting ska vara.

*M: Men de mesta konflikterna ni har handlar om praktiska saker?  
Ja, det är vad vi ska göra här i hemmet. Alltså det är de enda konflikterna vi har.  
–Bea*

Majoriteten av paren grälar aldrig om praktiska saker som ska bli gjorda i hemmet. Ada och Doris har en jämlik uppdelning, medan Cecilia är ganska jämställd, men utför aningen mer hushållsarbete. Bea som lever i det traditionella förhållandet, uppger att deras främsta konflikthärd är praktiska göromål.

Sociologen Hochschild (enligt Jacobs;2004) menar att de allra flesta kvinnor utför tvåskiftsarbete. Denna dubbla arbetsbelastning gör att många kvinnor känner att de får ta en orättvist stor arbetsbörda. Bea arbetar heltid, samtidigt som hon har huvudansvaret för de dagliga sysslorna, vilket vi tror kan vara en av anledningarna till att detta blivit ett konfliktområde, trots att Bea själv inte upplever detta. I hennes förhållande är beslutsfattandet också något som hennes man gör:

*Alla större beslut tas av honom. Han har vetorätt. Vi diskuterar ju och nu diskuterar vi ju det här badrummet och vi är inte riktigt överens. Men sen tror jag ändå i slutändan att det är X som har vetorätten. Jag har inte den ekonomin, så jag kan inte bjuda över honom. -Bea*

De andra tre informanterna uppger att de fattar viktiga beslut tillsammans med maken. Bea uppger dock att hon inte upplever denna obalans i förhållandet som orättvis eller negativ. Hon menar att han har ett ensidigt och krävande jobb, och därför har han rätt att bestämma vad pengarna han tjänat in ska användas till, eftersom de har delad ekonomi är pengarna hans. Dessutom uttrycker hon att hon tycker det är bekvämt att han tar över ansvaret när hon sagt sin mening. Vi anser att denna aspekt av jämlikhet i förhållandet är viktig för att förstå parternas maktposition. Huruvida parternas åsikter och viljor ges lika stort utrymme, och väger lika tungt vid beslutsfattande, anser vi indikerar hur demokratisk relationen är. Traditionella förhållanden lever som sagt fortfarande kvar i samhället, men enligt Jacobs (2004) är det störst chans till ett lyckligt äktenskap om man delar upp hushållssysslorna.

---

Sammanfattningsvis uppger samtliga informanter att de är nöjda med fördelningen av hushållsarbete, trädgårdsarbete samt reparationer. Ingen av kvinnorna anser att deras make tar för lite ansvar för hemmet. En av dem har till och med upplevt det som att maken i perioder tagit över hushållet och barnen. Två av informanterna har uttryckt besvikelse på sina partners för att de valde att jobba mycket, och inte ta ut föräldraledighet, när barnen var små. En av informanterna har alltid sett den traditionella uppdelningen som en självklarhet, och har aldrig

önskat något annat. Vår tolkning av informanternas inställning till uppdelning av hushållsarbete och jämlikhet är att det är *upplevelsen* av jämställdhet som är en viktig faktor för att få långa parförhållanden att hålla och inte den faktiska jämställdheten i relationen. Upplevelsen påverkas av ursprungsfamiljens uppbyggnad och värderingar av jämställdhet men också av andra relationer i ens omgivning.

### ***Att uttrycka känslor – ytterligare en aspekt på jämställdhet***

I detta kapitel tas jämställdhet upp i förhållande till känslouttryck. Redovisning av citat kommer att ske i samklang med vår tolkning av deras utsagor och resonemang genom tidigare forskning och det teoretiska perspektivet.

---

Informanterna lever i, eller delvis i, den rena relationen. Vi uppfattar informanterna som autonoma individer, och tolkar delar av deras berättelser som att de klarar av att ge sina partners det känslomässiga utrymmet Goldberg (i Giddens; 1992) förespråkar. Vi ser dock samtidigt att kvinnornas syn på deras kommunikationsroll till viss del underbygger mannens känslomässigt underordnade roll. Detta mönster visar sig genom att de säger vad de känner och hur de upplever saker och ting, och samtidigt indikerar att deras män inte gör detta i samma utsträckning. Detta blir uppenbart i nedanstående citat.

*Jag ska inte säga att vi bråkar, det är jag. Så länge jag är tyst så blir det ju inga konflikter*

*Om det är någon som pratar här så är det nog jag. Han pratar inte mycket. Han arbetar det nog inom sig. Han är ingen känslomänniska, men man kan läsa det på hans ögon och kroppsspråk. –Bea*

Samma informant berättar om hur hennes man besitter en förmåga att hålla ihop sig när svåra saker händer, och att hon därför kan släppa sina känslor fria och lita på att han klarar av att både hålla ihop sig själv och styra upp praktiska göromål:

*Han är fruktansvärt stark när det är hemskheter och så. Ibland undrar jag om han ens tänker på att det är hemskt. –Bea*

En av våra andra informanter ger uttryck för ett liknande mönster:

*Jag har lättare att prata om saker än vad han har. Ibland så kan han tåla, men då ger jag mig inte. Jätteviktigt. –Doris*

Vid ett flertal tillfällen under de olika intervjuerna börjar informanterna uttalanden med *vi...* för att omedelbart ångra sig, och istället säga *jag...*, detta har varit i sammanhang som rör kommunikation och hur man uttrycker sig:

*Vi har ältat många ämnen. Eller jag har ältat dem. Jag drar upp samma sak gång efter annan. –Doris*

Giddens (1992) menar att parrelationens demokratisering främst rört kvinnans underordnade roll. Det krävs enligt honom att mannens roll kommer i ljuset för uppmärksamhet. Så länge kvinnan är den enda som förändras och mannens roll förblir gjuten i sten, så kommer ingen djupare förändring ske. Konflikten mellan könen kommer att fortsätta så länge rollernas förändringsbenägenhet går i otakt. Goldberg (i Giddens; 1992) anser att det finns ett känslomässigt förtryck av mannen. Lösningen är att männen ska förbinda sig med kvinnor som upplever sig och beter sig som autonoma individer, vilket gör att männen får en chans att uttrycka sin ömtålighet och svaghet utan att det upplevs som omanligt.

Genom vår tidigare forskning uttrycker Gattis och Berns (2004) att en förmåga hos båda parter att uttrycka känslor skapar äktenskaplig kvalité.

Majoriteten av våra informanter uppger att de samtalar mycket med sin partner, även om känsliga saker, samt att de inte har några tabuområden, vilket tyder på att det verkar finnas en ömsesidighet på detta plan. Det finns dock indikationer på att kvinnorna ser sig som de som tar initiativet till samtal om känsliga ämnen.

Vår tolkning är att informanterna, genom sitt sätt att uttrycka sig, visar att de i viss mån har del i att återskapa den traditionellt manliga rollen. Detta genom att de verkar ta större delen av det verbala utrymmet, vilket ger oss en bild av att de också uttrycker sina känslor i större utsträckning än sina män. Om männen i dessa förhållanden spelar sina roller som känslomässigt underlägsna eller ej, kan vi inte uttala oss om efter som vi inte intervjuat dessa. Vi kan bara se tendenserna hos våra informanter. Genom att studera de andra delarna av deras förhållande har vi fått bilden av att kvinnorna är starka autonoma individer som uppskattar det känslomässiga hos sina män. Flera av dem tycker exempelvis att en helkväll med några glas vin och samtal med sin man är något av det bästa de vet. Detta indikerar på att mönstret vi sett

finns där som en rest från traditionella tider, men i dessa par är mannens traditionella roll aningen uppluckrad. Vi upplever det som att informanterna uppskattar en ömsesidig känslomässighet i förhållandet och vi tror också att detta är en faktor som gjort att förhållandena hållit över tid.

### ***Frihet kontra trygghet***

I detta avsnitt argumenterar informanterna om hur viktig deras frihet är i förhållande till att de känner tillit till sin partner. Vi väljer att citera informanterna och tolka deras svar för att sammanväga detta med det teoretiska perspektivet modernitet och individualism.

---

Det finns ett mönster i samtliga informanternas berättelser om sina äktenskap: de har stor frihet och en omfattande möjlighet att göra de val de önskar. Alla informanter pekar på vikten av att få ha sina egna liv bredvid äktenskapet. En av informanterna beskrev hur hon brukade lyssna på boken Profeten av Kahlil Gibran i bilen:

*Eken växer inte i cypressens skugga och pelarna i templet står åtskilda, så låt det vara rymd i ett äktenskap. Å, det är så vackert. Det är viktigt att respektera den andra människan, den texten har hjälpt mig jättemycket. Så därför skäms jag inte längre, jag går ut och äter lunch och gör saker, utan att min man är med. – Cecilia*

Vänner och intressen utanför äktenskapet är ett framträdande inslag i alla våra informanternas berättelser.

*Sen har vi, framförallt jag, egna vänner. Man får olika saker från olika människor. Jag kan ju inte prata med honom om honom. –Doris*

*Jag tror att man måste kompromissa. Jag tror man måste ha ett intresse och låta andra parten ha sina intressen. Säg att han skulle säga till mig att jag inte får göra det eller detta. Nej, fy så hemskt. –Bea*

*Man måste ge varandra frihet. Man måste ha ett eget liv i en relation – och ge varandra friheten att ha det. Att ha egna vänner och göra egna saker, man ska inte behöva berätta allt för varandra. Och friheten att vara sig själv. Man ska inte behöva anpassa sig till döds för någon annan. –Doris*

*Jag har alltid haft ett oerhört stort behov av det. Jag har alltid gjort mycket egna saker, annars hade jag inte varit kvar i den relationen. –Cecilia*

Vår tolkning av informanternas äktenskap är att samtliga tycks ha hittat en balans mellan intimitet och individualitet - en konst som det är lätt att misslyckas med. Bauman (1991) är kritisk till det moderna sättet att skapa individen på och pekar på att mångfalden av val i det moderna samhället istället för att – som det var tänkt – skapa lycka, åstadkommer en obehaglig ambivalens, och gör det påfallande uppenbart hur otrygga och sårbara vi och våra liv är.

Giddens (2005) menar att det finns många moderna förhållanden som är otrygga, och därmed instabila, på grund av att luften mellan parterna och individualiteten inte fyllts upp av tillit och trygghet. Människans behov av intimitet upprätthåller förhållanden, men det är viktigt att denna närhet inte byts ut mot beroende - då riskerar förhållandet brista (Giddens; 2005).

Vi tycker att det verkar som att våra informanternas äktenskap grundar sig på tillit och en medvetenhet om att man måste jobba på relationen utan att stänga in varandra eller missunna varandra frihet. En av informanterna beskriver sin inställning till sambandet mellan trygghet och frihet på följande sätt:

*I relation till det som är tryggheten, så blir ju frihet den andra sidan av det då. Att man tillåter varandra olika saker. –Ada*

*Hon uttrycker också*

*Det är som ett träd och så har den en rot som är där, som sitter fast. Sen har den massa rötter som är kompisrötter och jobbrötter och allt vad det är. Och de betyder nåt också, på ett annat sätt. Det är där i det ligger.*

I enighet med vårt teoretiska perspektiv modernitet och individualitet är jämvikten mellan frihet, intimitet och självförverkligande en balansgång på en tunn lina som våra informanter lyckats med. Vi tror att detta till stor del beror på parternas ömsesidiga relation, där de tillåts, och tillåter, varandra att välja sina liv, och att deras val även tar hänsyn till den andra parten. Giddens (2005) menar att det redan från början av den moderna epoken har funnits en tanke om människans emancipation (frigörelse). Samhället ska göra det lätt för individen att förverkliga sig själv. Giddens (2005) menar att en effekt av detta är att det enda sättet att utveckla intimitet i det rena förhållandet är genom demokrati, eftersom individen idag anser sig ha rätt till individuell och känslomässig tillfredsställelse.



När den rena relationen och individens självförverkligande vägs mot varandra är det inte svårt att förstå dagens höga skilsmässostatistik. Friheten att lämna ett ofullkomligt förhållande (och alla förhållanden är ju mindre tillfredsställande i perioder) i kombination med det samhälleliga trycket på att vara sitt bästa och lyckligaste jag, skapar motstridiga känslor och en enorm press på förhållanden. För att det moderna äktenskapet ska vara lyckligt krävs att individerna klarar av denna balansgång mellan självförverkligande och förmåga att kompromissa och välja varandra utan att uppoffra sig själv. I vår studie ser vi detta som en faktor som uppenbart sammanhåller en långvarig parrelation.

## **Parrelationen**

### ***Kommunikation***

Alla informanter uppgav att de hade ett gott kommunikationsklimat i förhållandet. De ansåg inte att det fanns tabubelagda områden eller att den ömsesidiga kommunikationen var ett problem. Däremot anser vi att de tillhör olika typer av äktenskap där kommunikationen och interaktionen ser olika ut beroende på energinivån i relationen. Nedan visar vi på vilken typ av reglerade äktenskap som våra informanter tillhör, detta utifrån Gottmans (1994) Balansteori. Eftersom konfliktklimat utgör en omfattande del av balansteorin analyseras även konflikter i samband med balansteorin. Informanternas utsagor och vår tolkning av dessa vägs mot den tidigare forskningen i detta avsnitt.

---

Utifrån Adas beskrivning av sitt äktenskap anser vi att hon tillhör himmel- och helveteäktenskapet.

### ***Om konflikterna i Adas förhållande***

*Vi bråkade jättemycket, alldeles för mycket, ush, fy! Men det är väl förfärligt. Det är det enda jag är riktigt ledsen för i mitt liv. Om jag kunde få backa bandet. Det finns bara en sak jag ångrar förfärligt, och det är att jag överhuvudtaget var med på, tillät, dessa långa, oändliga, förfärliga gräl.*

### ***Om kärleken i Adas förhållande***

*Vi hade bara ett kärleksförhållande som inte var ett vänskapsförhållande från början. Och då var de här aggressionerna där, de blev liksom: älskar du mig eller hatar du mig?*

*Att våga älska någon så häftigt mycket för en samman.*

*Vet du var du gör nu? Du gör något livsfarligt, det kan döda dig. Jag kände det, att det är något fullständigt mördande i det här. Att våga liksom, utan reservation, bli så förälskad.*

Vår tolkning är att Ada över tid har haft mycket konflikter i sitt äktenskap, men hon beskriver samtidigt sin partner och sina relationer med mycket stor värme. Genom intervjun förstår man att de ger varandra mycket positiv feedback i form av komplimanger och uppskattning, hon beskriver till exempel hur deras sexliv alltid fungerat trots hårda konflikter och stressen av att ha 5 barn.

---

Både Cecilias och Doris utsagor tyder på att deras äktenskap är vad Gottman kallar övervägande.

#### *Om konflikterna i Cecilias förhållande*

*När barnen var små och han stannade kvar i skolan, på jobbet, och spelade schack istället för att komma hem. Då tyckte jag att det var jobbigt, och funderade på att flytta. Men det gjorde man inte när man hade små barn, de behövde ju båda föräldrarna. Det var något vi behövde komma till rätta med. Det var ju tack vare att vi ändå var så goda vänner.*

*Sen kom nummer två och då var jag hemma hela tiden. Det hade jag inte velat vara, men han ville inte vara hemma. Det var en stor kris som varade i kanske två år, men den upplevde nog inte han lika våldsamt som jag.*

*Vi grälar oerhört lite på varandra. Man ska aldrig somna arg, aldrig ta avsked i ilska. Men det är klart att vi har varit lite sura ibland.*

#### *Om kärlek i Cecilias förhållande*

*A: Vad håller ihop ert förhållande?*

*Kärlek, vi är bästa vänner och så älskar vi varandra. Det är bra.*

Cecilia förklarar här hur hon resonerat när hon och mannen varit i krissituationer, och vilka val hon gjort. Dessa citat tyder på att hon varit illa berörd av kriserna, och funderat på så drastiska åtgärder som att flytta, men att hon ändå valde att hålla ut. Det faktum att hon inte tror att han upplevde krisen lika stor som henne kan också vara ett tecken på att hon valde sina konflikter, och inte tog upp alla sina känslor med maken. Därför tror hon inte att han uppfattat det så starkt som hon gjort.

#### *Om konflikterna i Doris förhållande:*

*De som säger att de aldrig grälat. Det är bullshit. Då har någon underordnat sig. Att ha levande och bra relation får man genom att klara ut de där stunderna, det är så man lär känna varandra. Sen blir ingen lycklig av att gräla om allt.*

*Hans mamma och hans prioriteringar av jobbet har varit de största problemen i vårt äktenskap, så visst har vi haft surdegar som legat. Att han valde sin mamma när det blev strid. Han var nog ganska säker på att jag skulle finnas där, hans mamma straffade hårdare än jag.*

#### *Om kärleken i Doris förhållande:*

*Kärlek är att finnas där för varandra, att lyssna, att ha tråkigt ihop. Och passion, sex, kel och tystnad. Allt. Det måste överstiga allt.*

Doris har ett aningen hetare konfliktklimat men ligger enligt oss fortfarande inom det övervägande äktenskapet, till exempel har hon stått tillbaka i konflikten med partnerns mamma. Både Cecilia och Doris använder färre superlativ och ett mindre dramatiskt språk när de talar om kärleken i sitt äktenskap än vad vi tror att de hade gjort om deras äktenskap tillhört himmel- och helveteäktenskapen.

---

Beas intervjusvar får oss att tro att hennes äktenskap tillhör det undvikande äktenskapet.

#### *Om konflikterna i Beas förhållande*

*Vi är nog rätt smidiga. För det mesta glider vi förbi varandra. De enda konflikterna vi har är om vad vi ska göra i hemmet.*

*Och så sa han ”bråkar inte du och X en enda gång med varandra”. Och då började jag ju skratta och sa att det gör vi. Eller jag ska inte säga att vi bråkar, det är jag. Så länge jag är tyst så blir det ju inga konflikter.*

*Vi går aldrig och gnäller, men det går till en viss gräns. Jag kan bli vansinnig i en timme eller två. Alltså när det gått så långt, då vet ju X. X vet att jag har rätt och jag vet att jag har rätt. Jag fattar inte varför jag måste bli så arg. Varför man inte kan göra detta innan jag blir så arg.*

#### *Om kärleken i Beas förhållande*

*Alltså när han varit borta så blir jag ju glad när han kommer hem. Men vår kärlek lägger vi nog mycket på våra barn och barnbarn.*

*M: Jobbar ni mycket på förhållandet?*

*Nej, jag tror att vi kompromissar, det flyter på av sig själv liksom*

*Om man omprövar det? Det vet jag inte. Det är väl slentrian. Det rullar vidare i de spåren som var.*

*//..vi tycker det är jättemysigt att sitta och grilla här och så tittar vi på våra fiskar, eller våra – X:s fiskar. Vi kräver inte så himla mycket.*

Bea och hennes man lever mycket självständiga liv; de har exempelvis delad ekonomi, och interagerar inte så mycket i vardagen. Det sista citatet är ett exempel på denna självständighet – fiskarna i trädgården är mannens, eftersom han betalat dem. De har tydliga och traditionella uppdelningar i hemmet och Bea tror att de hållit ihop för att de har en förmåga att kompromissa.

Bea uppger att de sällan bråkar, och när de har konflikter handlar det om vardagliga göromål i hemmet. Deras sätt att undvika att ta små och stora konflikter i vardagen gör att Bea ibland (sällan) får utbrott. Hon är själv missnöjd med att hon låter det gå så långt, hon skulle vilja säga något tidigare, innan det blivit en stor konflikt av det. Bea uppger att de aldrig haft någon kris och att hon aldrig tvivlat på relationen, vilket också är typiskt för den undvikande relationen. Deras relation är enligt henne snarare byggd på kompromisser än på passion och hon beskriver sin man som lugn och ekonomisk.

---

Vi upplevde informanten som har ett himmel-helvete-äktenskap som energisk, spontan och ambitiös (hon beskrev även sig själv med orden spontan och ambitiös). Hon använder starka

ord när hon talar, mycket superlativ och många känsllosamma omskrivningar. Hon uppger dessutom själv att hon är en känslomänniska, d.v.s. att hon styrs och påverkas mycket av sitt känsloliv. De två informanter som vi anser har övervägande relationer är också känsllosamma och utåtriktade personer, men de ger båda ett stillsammare intryck än den första personen, och de väljer själv att beskriva sig med ord som: snäll, drivande, kreativ och blyg. Informanten som har ett undvikande äktenskap beskriver sig också som snäll, men trycker också på att hon är medgörlig och inte ställer så stora krav. Mönstret vi tycker oss utläsa från detta är att i dessa fyra fall verkar det finnas ett samband mellan personens egen personlighet och energin i äktenskapet.

Gottman (1994) beskriver varför vissa personer väljer, och hamnar i, vissa typer av reglerade relationer. Han menar att personer ofta har en emotionell bekvämlighetsnivå, och att man söker relationer som ligger i fas med ens egen energi. Alltså, är man en energisk, viljestark och utåtriktad person är risken eller chansen att ens relation ser ut på samma sätt överhängande. Detta mönster har dock ej varit statistiskt signifikant i Gottmans studier.

Alla informanter har, som vi visat ovan, olika kommunikations- och konfliktklimat och oavsett om deras sätt att kommunicera är adekvat eller inte så har de hittat ett sätt att justera detta på. Detta visar att de alla tillhör vad Gottman kallar reglerade äktenskap, dvs äktenskap som har förutsättningar att hålla över tid.

Det finns olika sätt att se på vikten av kommunikation. Enligt Jacobs (2004) måste parrelationer, för att fungera på ett tillfredställande sätt för båda parter, ha en god och adekvat kommunikation. Det fungerar exempelvis inte att gå och sura i tystnad. Gottman (2002) motsäger sig detta och menar att många fungerande relationer visar på inadekvat kommunikation. Ada och hennes man har under åren grälat på ett sätt som inte skulle ses som konstruktivt. Beas sätt att samla på sig under en lång tid och sedan explodera är ett annat exempel på samma fenomen. Gottman (2002) menar att par som har ett inadekvat kommunikationssätt kan ha andra kvalitéer som gör att deras äktenskap har möjlighet att bli långa. I Adas fall finns en stark och passionerad kärlek och många gemensamma intressen. I Beas fall tillåter de varandra att ha mycket frihet och de kompromissar för att hitta lösningar som passar båda.

### **Personlighetens betydelse**

Under detta kapitel tar vi upp informanternas personligheter. Vi börjar med deras egna beskrivningar av sig själva. Därefter följer vår tolkning av dessa uttalanden i samspel med den tidigare forskningens infallsvinklar på personlighetens betydelse i långa relationer.

---

#### *Informanternas personligheter*

*Jag är spontan, kan inte hålla tyst, extremt oblyg. Det är inte det att jag tror att jag är bäst, men jag är inte rädd. Jag litar på vad jag kan och jag har god självkänsla. Jag har varit privilegierad på det sättet. Jag har inte varit sötast på jorden, men inte ful heller, och armar och ben har hängt med. –Ada*

*Jag är till 95% alltid glad. Har ett ganska hetsigt humör. Jag är snäll och hjälpsam men rätt lat. Jag är oerhört medgörlig. Jag finner mig i ganska mycket saker tills en dag när det går över gränsen, då är jag inte rolig. –Bea*

*Det är få människor i min umgängeskrets som kommer mig nära. Jag har varit ruskigt blyg, det har jag fått jobba med. Men de som kommer mig nära kommer mig oerhört nära, de ser andra sidor av mig. Det känns tryggare att prata med dem. Jag bangar inte för svårigheter, sticker in huvudet i de riktiga getingbona och tänker att ”det här fixar jag”, och det gör jag. –Cecilia*

*Jag är känslosam och intuitiv. Snäll. Drivande, kreativ och envis. Jag är en känsломänniska helt enkelt. Antingen här eller där /visar toppar och dalar med händerna/, väldigt sällan mittemellan. –Doris*

Informanterna beskriver sig själva med egenskaper som Gattis och Bern (2004) tagit upp som stärkande faktorer i förhållanden: kreativ och drivande (Doris), att inte låta bli svåra saker (Cecilia), att vara medgörlig och glad (Bea) och spontan och oblyg (Ada).

Enligt Lavee och Ben-Ari (2004) kan neurotiska personer ofta skapa en negativ bild av sitt förhållande och sin personlighet. Oron de bär på gör att det blir svårt att se positivt på världen och självet. Det finns flera studier som talar om hur en neurotisk personlighet kan skada långa parförhållanden (Lavee/ Ben-Ari;2004, Gattis/Berns;2004, Möller; 2003).

---

För att ytterligare tydliggöra deras sätt att tänka positivt och prata om sina relationer på ett levande sätt, har vi valt följande citat.

*Men det är den här tysta grejen, jag kan tex bara gå fram och snusa på honom så, det tycker jag om /skratt/. Jag tycker om sättet han rör sig. Jag tycker om att han tycker om vissa föremål och saker och sättet han rör vid dom och tar hand om dom. Och allt han kan, genom kultursektorn, vi har mycket konst hemma. Titta på den här tavlan...han öppnar liksom dörrar intill saker som inte jag tänker på. – Ada*

*Lugn, metodisk, samlad, vacker, min man är vacker. Livsnjutare. Sola bada, tycker om god mat och gott vin. Älskar att resa. Han är väldigt intellektuell. Han är hemskt spirituell. Han har lätt att somna /skratt/. Vi kompletterar varandra. Jag står för temperamentet. –Cecilia*

Vår upplevelse av informanterna är att de alla är empatiska och medkännande, medan enbart en uppger att hon är medgörlig (vilket de andra varken säger eller ger något sken av att vara). Vi uppfattar det också som att samtliga informanter uppskattar nya upplevelser, detta grundar vi på deras beskrivningar av vilka fritidsintressen de har, samt hur dessa förändrats över tid, samtliga har nämligen utvecklat nya intressen över tid. Även om två av informanterna uppger att de är grubblare och känslomänniskor, ger deras positiva berättelser, samt deras idealiseringar av sina förhållanden, inga tecken på att de har neurotiska personlighetsdrag. Huruvida det är en slump eller inte att ingen av våra informanter tycks vara neurotiska kan vi inte veta, men det är intressant att de följer den tidigare forskningens mönster. Att de verkar ha en god sinnesstämning och inte tillhöra de oroliga eller neurotiska personligheterna är sannolikt ytterligare en faktor som hållit förhållandena samman.

### ***Passion, Respekt och Ömhet***

I det här avsnittet kommer vi analysera informanternas sätt att beskriva sin första tid med sin man. Vi kommer att tala om passionen i förhållandet, följt av huruvida informanterna visar varandra ömhet och respekt i olika former. För att det ska bli lättare att följa med så kommer vi först ta upp informanternas citat, vilka sedan följs av tolkning och tidigare forskning. Detta upprepas vid varje ny aspekt i avsnittet.

---

#### *Den första tiden*

*Storförälskelse, totalförälskelse. Vi var helt.. vi tyckte inte att något annat spelade någon roll. Vi kan prata om det fortfarande, hur vi pratade då. Att vi tyckte att ingenting annat var viktigt. –Ada*

*Jag har fått passion som en present. Jag är inte säker på att man måste ha det. – Ada*

*Det måste ju ha varit vänskap först och sen blev det som det blev. Jag kan inte säga att det kanske var så passionerat precis i början men sen blev det väl det. Men vi måste ju ha varit kära, herre gud, vi hade ju inget gemensamt. –Bea*

*Blixtförälskelse. I ett halvår var vi totalt uppslukade, vi såg bara varandra. – Cecilia*

*Passionen är viktig, men den ändrar form hela tiden. Den har en annan kulör och en annan valör, men den finns där emellanåt. Finns kärlek finns passion. –Cecilia*

*Och så tittade han på mig och jag på honom och så blev jag jätteförälskad i honom. –Doris*

Informanterna har samtliga ett positivt sätt att uttrycka sig när det gäller den första förälskelsen. Majoriteten beskriver en stor förälskelse som varade och tog fokus från vardagen. Beas berättelse är mindre stark, vilket också stämmer med hennes äktenskap i övrigt, vilket vi anser tillhöra det undvikande äktenskapet.

I den tidigare forskningen tar Gottman (2002) upp det betydelsefulla i att kunna beskriva den första tiden i förhållandet med glimten i ögat. Denna förmåga, att kunna gå tillbaka och lyckligt vila i de glada minnena, är en buffert för svåra tider i äktenskapet.

### *Om passion och sex*

*Sex har alltid fungerat. Även när det har varit dåligt i förhållandet. Det har varit en stor viktig sammanhållande faktor. –Ada*

*Ett långt äktenskap är ett äktenskap där parterna arbetar på sin relation och där sexlivet är en återförening där man nyupptäcker varandra. Vi brukar säga till varandra att "vi får ta lite medicin". –Cecilia*

*Jätteviktigt. Men varje par måste hitta sin rytm, och sitt sätt att vara på. Det ska vara kravlöst, så att det blir roligt. Det är viktigt att få inte vilja ibland. Jag tror inte på att ställa upp. Jag har aldrig fejkat en orgasm. –Doris*

*Det är viktigt att känna sig attraktiv fast kroppen börjar rasa. –Doris*

Vi uppfattade det som att Bea tyckte att samtalsämnet var känsligt att tala om och därför fick vi inte heller någon klar uppfattning om vad hon tyckte. Av respekt för hennes integritet så ställde vi inte följdfrågor trots att hennes svar lämnar utrymme för flera tolkningar.



*Sex är nog ganska viktigt i kombination med allt det andra. Men i detta förhållande tror jag att det finns så mycket mer än det. –Bea*

Samtliga informanter, beroende på hur man tolkar Beas uttalande, tycker att sex är viktigt i förhållandet, alla säger dock att sex inte är något som håller att bygga ett förhållande på. Tre av fyra informanter beskriver målande hur deras sexliv fungerat genom åren. Flera av informanterna säger att sex är en sammanhållande och stärkande faktor.

Enligt Böhm (2006) och Gottman (2002) i tidigare forskning så spelar sexlivet en stor roll inom parförhållandet. Det som är grundläggande är att det för båda upplevs som ett sätt att komma varandra nära och att det bygger på ömsesidig njutning. Sex ger en stor dos gratis intimitet och stärker känslan av att höra ihop.

---

#### *En form av ömhet*

*När min mamma dog. Då tror jag vi åt köttfärssås i två veckor. Och han tog hand om brorsans barn också. Och han har en dotter som inte äter lök. Och då stod han och gjorde en sås med lök och en utan. Det hade ju inte jag ens haft en tanke på i det läget. Så alltså han tänker mycket. –Bea*

Beas mamma dog för flera årtionden sedan, ändå kommer hon tydligt ihåg hur hennes man ställde upp och gjorde det hon inte orkade själv, citatet visar hur betydelsefullt det var för henne att hennes man kom ihåg, så till synes ovidkommande, detaljer om hennes brors familj. Gottman (2002) styrker detta resonemang och menar att det är viktigt att känna sin partner väl, att kunna dennes kärlekskarta. Det betyder att man i olika situationer vet vad ens partner skulle önska, eller prioritera. Citatet är ett bra exempel på vikten av omfattande kärlekskartor. Små saker kan ha stor betydelse när det gäller att visa varandra ömhet.

Våra informanter tycker samtliga att det är viktigt att inte bara vara kärlekspartners. Det är ett ytterligare tecken på både respekt och ömhet att vara nära vänner, att släppa in varandra på fler än ett sätt.

*Om man inte har djup vänskap i en relation håller den inte, och det betyder ju inte att kärlek eller attraktion tar slut, men att vänskap är basen i det hela. För kärlek går ju upp och ner och finns inte vänskapen, vad finns där då när man är i botten? –Doris*

*Vi hade bara ett kärleksförhållande som inte var ett vänskapsförhållande från början. Och då var de här aggressionerna där, de blev liksom: älskar du mig eller hatar du mig? Efter att vi flyttade tillbaka till varandra igen, där kan man nog säga att det var väldigt tydligt att vi blev vänner på ett annat sätt. –Ada*

*Vi har nog mycket vänskap. Vi känner ju varandra så himla väl. –Bea*

*Han är min bästa vän och jag älskar honom. –Cecilia*

Vänskapen omfattar givetvis många olika dimensioner, och flera av Gottmans regler (2002) för ett lyckligt äktenskap är sådana som också måste finnas i en vänskapsrelation: att känna varandra väl och minnas vad den andra berättar, respekt och ömsesidighet, att acceptera den andra med fel och brister och att ha en gemensam kultur. Just därför är vänskap ett av ledorden i långa parrelationer.

Gottman (2002) och Böhm (2006) menar båda två att äktenskap som bygger på vänskap är hållfasta. Detta är annars något som fått relativt litet utrymme i litteratur och teorier, men som enligt våra informanter har varit en sammanhållande faktor genom deras förhållanden. Så i denna studie har det visat sig att vänskap spelar stor roll för fortskridande av långa parförhållanden.

---

Att tala om allt, är det viktigt? Det var en av våra frågor, och flera av informanterna menade, tvärtom, att det kan vara ett bevis på respekt och kärlek att inte prata om allt, och att inte vara ärlig i alla sammanhang.

*Nej, vi kan inte prata om allt. Och det vet jag inte ens om jag har lust att göra (...) man bör fundera på: om jag verkligen älskar honom, kanske jag också ska avstå från att säga saker som kan såra honom? –Ada*

*M: Men vid en engångsföreteelse så tycker du att det är bättre att ljuga?  
Ja, då skulle jag ljuga (...) om ärlighet här innebär att jag sårar en person, jag förstör ett livslångt förhållande... och det här var ett misstag och han skulle aldrig få reda på det, och så talar jag om det då är det ju bara... då lastar jag ju av mig det, och är det ärligt? Man ska inte vara ärlig så man blir dum –Doris*

*100% ärlighet skulle nog vara tråkig. Men i de viktiga delarna av livet är det viktigt. Sen är det ju bra att få ha privata sfärer. ” jag behöver inte veta det där, och jag behöver inte säga det här”. Han har nog en del hemligheter. –Cecilia*

---

#### *Om att jobba på sin parrelation*

*Ett förhållande är ju inte ett förhållande av sig själv. Det är klart att man måste jobba på det. Så levde de lyckliga i alla sina dagar – det är ju bara i sagorna. Ett långt äktenskap är ett äktenskap där parterna arbetar på sin relation och där sexlivet är en återförening där man nyupptäcker varandra. –Cecilia*

*Det är jättesvårt att säga vad som har hållit ihop förhållandet, för vi har haft djupa kriser. Men det har nog funnits en tanke hos oss båda från början, att det är för livet, och därför har vi jobbat på det. –Doris*

*Jag tror att jag omprövar det hela tiden. Jag tror att anledningen till att många går isär är att de inte omprövar det. Det är nåt man får jobba på hela tiden. Att vara i en relation är ju ett jobb, ingenting man bara har. –Doris*

#### *Bea upplever inte att hon jobbar på sitt förhållande:*

*Om man omprövar det? Det vet jag inte. Det är väl slentrian. Det rullar vidare i de spåren som var. Men det är klart att när man är i ett förhållande och det inte finns något annat än att man äter ihop då kanske man börjar...men sen är det klart, man kan vara lycklig i det med. -Bea*

*Vissa byter ju förhållande stup i kvarten, men det blir ju vardag där med. Alltså man vet ju var man har varandra. Och vet vad den andre går för. -Bea*

Beas förhållande skiljer sig i mönstret från de andra tre i och med att det är mer frikopplat. De tre första informanterna tycks vara mer involverade i sina förhållanden, och pratar också om dem i mer känslomässiga ordalag än vad Bea gör. Beas inställning när det gäller att jobba på förhållandet skiljer sig mycket från de övriga tre informanternas sätt att se på det.

#### *Om att välja varandra*

*..//att jag inte inbjuder till något som jag inte borde inbjuda till. Och det gör jag ju naturligtvis för att jag har erfarenhet av att det här kan bli besvärligt. Plötsligt har jag sänt ut nånting, eller någon har sänt något till mig, som jag inte har förstått, och så står jag där och vet inte vad jag ska göra av det. Det har jag upplevt många gånger, att det blivit ömsesidigt, och jag gillar inte det..// Om*

*någon tittar på dig på ett visst sätt, så tittar du tillbaka på ditt sätt. Det handlar om att lära sig situationens karaktär och att hantera dem. –Ada*

En av informanterna tryckte också på vikten av att vara medveten om riskerna som finns i omgivningen, exempelvis risken att bli kär i någon, eller att någon blir kär i en. Detta handlar också om att inse att ett långt förhållande inte finns av sig själv.

#### *Om att göra saker tillsammans*

*Vi åker motorcykel och jag följer med ibland på någon av hans båtar. Vi umgås med barnbarnen. Och ibland åker vi till Göteborg och lyssnar på nåt. Eller lagar en god middag och dricker ett glas. –Bea*

*Vi brukar dra på stan, vi är konstintresserade, vi läser böcker och tidningar och så tycker vi det är roligt med kläder och så älskar vi våra barn och så har vi ett hus på landet, alltså ni fattar... Vi tycker det är skojigt att åka till Paris också, så då försöker vi göra det ofta. Och så shoppar vi. Han tycker om att shoppa kläder också, han är fåfäng. Det tycker jag är lite roligt. Och så sånt som att renovera huset. Vi har alltid projekt, stora eller mellan. –Ada*

*Vi spelar golf och reser ihop. Det är jätteviktigt. –Doris*

*Vi reser och så. Har man hus finns alltid gemensamma projekt. – Cecilia*

Att göra saker med varandra är ett sätt att jobba på sitt förhållande som alla informanterna tagit till sig. Även om Bea uttrycker att de medvetet inte jobbar på sitt förhållande så gör de uppenbarligen saker ihop, vilket stärker förhållandet.

Enligt Jacobs (2004) så finns det en sak som generellt är förödande för långa relationer. Det är att försumma sitt äktenskap. Att vara passiv i sitt förhållande för att man litar på det lyckliga äktenskapet, eller den eviga kärleken, är ett av de största hoten mot den långa parrelationen. Gottman (2002) anser att det handlar om att vända sig till sin partner, i små och stora situationer. Om den andre partnern nappar på försöken till kontakt blir kärlek, bra sexliv och passion lättare att hålla vid liv. Det blir ett sätt att uppskatta varandra och ta varandra på allvar.

En majoritet tycker att det är något grundläggande och viktigt att jobba med sin relation i vardagen såväl som genom kriser. Att en relation inte är något att ta för givet. Att ta hand om

sin relation i bemärkelsen att vara medveten om dess oförmåga att livnära sig själv är en stark faktor för att få ett parförhållande att fungera enligt vår analys av materialet

### ***Pappa var mitt allt***

Vårt induktiva angreppssätt vid intervjuförfarandet innebar att vi ställde frågor med en mycket bred ansats. Vi hade kunnat välja en psykodynamisk teori, en systemteori eller en behavioristisk teori, istället för det modernitetsperspektiv vi slutligen valde. Det teorival vi gjorde grundade vi på intressanta mönster och tendenser som framkom i intervjumaterialet. Det framkom dock vissa, mycket tydliga mönster, som inte passar in i vårt teorival, men som vi ändå, för att ge materialet rättvisa vill redovisa.

Samtliga av våra informanter har uppgett att de har, eller har haft, en nära relation till sina fäder. Tre uppger dessutom att de har haft en konfliktfylld eller komplicerad relation till sina mödrar.

*Jag har nästan alltid avgudat min pappa, och min pappa gillade mig. –Ada*

*Jag kunde alltid gå till honom och säga precis som det var. Mamma var svårare. –Ada*

*Jag tyckte min mamma var jättedum, för det mesta nästan. Det var först när jag var vuxen och hade egna barn som hon blev lite, då visade hon en annan sida liksom. Men alltså hon var... alltså de hade ju så olika temperament mina föräldrar. Min pappa var en lugn och sansad människa som älskade att föra diskussioner och sådär. Och min mamma /förställer rösten/ "nej, så ska du inte göra, så ska det väl inte se ut, och har du städad rummet?", alltså hon va sån va. Sen hade vi naturligtvis bra stunder också, men för mig var det väldigt tydligt. Jag tyckte egentligen bättre om min pappa än om min mamma. –Ada*

*Pappa var mitt allt. Vi var väldigt lika. Dom var hårda och bestämda, speciellt min mamma. –Bea*

*Det anklagar jag min mamma för, för att hon inte älskade mig, eller visade den kärleken för mig, som den jag var. Jag var aldrig nöjd med min vikt, fast jag var smal. –Cecilia*

*Mamma var nog strängare än pappa mot mig. Jag stod mycket nära min pappa. –Cecilia*

*Jag hade inte någon bra kontakt med min mamma. Men jag hade en väldigt bra relation till min pappa. Min mamma kunde inte ta hand om barn överhuvudtaget. Så pappa lärde henne. Pappa tog hand om mig väldigt mycket och de delade på allt annat också, hushållsarbete alltså. –Doris*

*Min mamma var mycket speciell, mycket annorlunda mot alla andra mammor. Hon var den första mamman som tog körkort. Den första mamman som läste engelska. Hon var den enda mamman som jobbade heltid. Hon hatade att vara hemma. Jobbet har alltid varit viktigare än familjen för henne. Att jobba var ett rent egoistiskt ställningstagande. Min mamma har aldrig brytt sig om vad som tillåtet eller inte. –Doris*

Vi tycker oss se ett mönster som visar på att samtliga informanter haft en stark och nära relation till sin pappa, medan deras relation till mamman varit mer konfliktfylld. Vår tolkning av detta är att dessa typer av upplevelser från barndom kan ha betydelse i kontakten med män i sitt vuxna liv och kanske också påverka huruvida man agerar i en parrelation till en man. Ovanstående mönster skulle vara intressant att analysera utifrån ett psykodynamiskt perspektiv, exempelvis utifrån anknytningsteori. Eftersom vi utgått från en teori som inte behandlar uppväxten och en tidigare forskning som inte tar upp ämnet, lämnar vi analysen till läsaren.

## 6. Slutdiskussion

En viktig faktor som får långa förhållande att hålla, som har utkristalliserat sig i vår analys, är vikten av att ge varandra utrymme och frihet. I dagens samhälle behöver människan, för att känna sig tillfredsställd, uppleva att hon har makt över sitt liv. Hon behöver känna att hon har förmåga och tillåtelse att fatta de beslut som hon önskar. Det kan handla om rätten att ensam gå en sväng på stan en lördagsförmiddag, möjligheten att satsa på sin karriär (trots att det tar mycket tid) eller känslan av att partnern tycker att det är bra att man fikar med sin bästa väninna varje onsdag, om det är något man önskar och mår bra av. Denna frihet måste dock kombineras av intimitet, tillit till varandra och att båda aktivt jobbar på förhållandet. Då blir friheten positiv för förhållandet.

Vikten av att inte ta varandra och sitt förhållande för givet är en annan betydelsefull faktor vi kunnat se i vår empiri, vilket också stöds av den tidigare forskningen. Man måste ta hand om sitt förhållande, både i den vanliga vardagen och under kriser. Göra saker tillsammans är något som stärker förhållanden; gå på restaurang, sitta kvar en kvart efter tv-programmet slutat och prata, gå en promenad, ge varandra en kram när man passerar varandra i trappan. Åka bort ensamma ibland, prata om det som är jobbigt, umgås med sina barn tillsammans. Det är farligt att jobba för mycket, att tänka *jaja, vi får väl ses mer nästa höst när jag har mindre på jobbet*. Det handlar om att medvetet välja varandra och hålla fast vid det. Som en av våra informanter sa; *Det handlar om att våga välja kärleken*. Att våga välja varandra i perioder där jobb, barn och andra faktorer hotar äta upp all ens energi och tid. Klarar man det konststycket så har man större chans till att leva i ett långt förhållande tillsammans.

Vi tror att människans intimitetsbehov kommer att göra att långa parrelationer som institution kommer att fortleva, trots en skilsmässostatistik som visar att allt fler skiljer sig. För att förbättra denna statistik, för att få fler förhållanden att hålla, tror vi dock att vissa strukturella mönster behöver ändras. Jämlikhetssträvandena har redan tagit sig en bit in i den intima relationen, och i dagsläget har många en önskan om att hushållsarbete och annat arbete i hemmet ska delas lika mellan parterna, och även om detta inte praktiseras fullt ut än, så är det stor skillnad idag mot för femtio år sedan. Det krävs fortsatt arbete för att uppbåda jämställdhet mellan mannen och kvinnan. Den traditionella bilden, av mannen som överhuvudet för hushållet, är på väg bort och istället trycks det på vikten av demokrati i

relationen, för att båda individerna ska kunna känna sig tillfredsställda. En betydande faktor i för långa parrelationer anser vi vara känslan av jämställdhet i parrelationen.

Vår empiri tyder på att Gottmans sju gyllene regler för ett lyckligt äktenskap är relevanta och tillämpbara på våra informanternas äktenskap (vilket vi diskuterar mer utförligt i analysen). På olika sätt lyfter Gottman saker som våra informanter visar har betydelse för deras förhållanden. Vi har känslan av att han har fångat något elementärt. Efter mycket huvudbryderier fann vi, att vår åsikt är att Gottmans sju regler egentligen är, en varken mer eller mindre än en detaljerad definition av det vi uppfattar som kärlek. Att dela varandras liv, intressera sig för varandras önskemål, preferenser, drömmar, att respektera varandra och ha ömma känslor, kan enligt vår mening bara tyda på en kärlek mellan parterna. Likaså anser vi att kärlek visar sig på sätt som att; söka sig till varandra i smått och stort, att fatta beslut tillsammans, att vara delaktiga i varandras liv, att kompromissa och acceptera varandras svagheter, att skapa en gemensam kultur och dela drömmar och förhoppningar. Alla Gottmans sju regler ser vi som en omöjlighet att leva upp till, om inte den övergripande känslan inför partnern är stor kärlek. Även om inte alla reglerna uppfylls i alla våra informanternas utsagor, så finns de där, flera av dem ingår som komponenter i alla informanternas förhållanden. Och det tror vi bidrar till att de lyckats hålla ihop genom åren.

För framtida forskning ser vi gärna fokus på mannens känslomässiga roll i långa kärleksrelationer. För att på allvar komma till rätta med kampen som i dag förs inom många parförhållanden, där ingen av parterna riktigt kan se sin roll och vad den innebär, så krävs större uppmärksamhet på mannens behov av förändring. Det strukturella förtrycket av kvinnan är enormt diskuterat i såväl litteratur som i media. Mannens roll som känslomässigt underordnad finns i stort sätt inte som ett accepterat debattämne i dag. Vi tror att jämställdhet när det gäller mannens och kvinnans lika rätt till att uttrycka känslor skulle stärka kärleken, och skapa fler hållbara och sunda parrelationer.



## Litteratur

Alberoni, Francesco. *Jag älskar dig*; 1996. Förlag: Bokförlaget Korpen

Bjerrum-Nielsen, Harriet. *Historien om pojkar och flickor*; 1991. Förlag: Lund : Studentlitteratur.

Boglund, Anders/ Elaeson, Sven/ Månsson, Per. *Kapital rationalitet och social sammanhållning*; 2005. Förlag: Nordstedts förlag

Böhm, Thomas. *Kärleksrelationen*; 2006. Förlag: Natur och Kultur.

Cullberg, Johan. *Kris och utveckling – en psykodynamisk och socialpsykologisk studie*; 2000. Förlag: Natur och Kultur

Giddens, Anthony. *Intimitetens omvandling: sexualitet, kärlek och erotik i det moderna samhället*; 1995. Förlag: Nya Doxa.

Giddens, Anthony. *Modernitet och självidentitet – självet och samhället i den senmoderna epoken*; 2005. Göteborg: Bokförlaget Daidalos.

Gottman, John; *What predicts divorce*; 1994. Förlag: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

Gottman, John. *7 gyllene regler för en lycklig kärleksrelation*; 2002. Förlag: Natur och Kultur.

Jacobs, John W: *Kärlek övervinner allt och andra missuppfattningar om parförhållanden*; 2004. Förlag: Forum.

Kvale, Steinar. *Den kvalitativa forskningsintervjun*; 1997. Förlag: Studentlitteratur AB.

Larsson, Sam; *Kvalitativ metod – en introduktion*, i : Larsson, Sam /Lilja, John /Manheimer, Katarina; *Forskningsmetoder i socialt arbete*; 2005. Förlag: Lund, studentlitteratur.

Zygmunt Bauman; *Modernity and ambivalence*; 1991. Förlag: Blackwell Publishers Ltd.

Ödman, P. J. *Tolkning, förståelse, vetande – Hermeneutik i teori och praktik*, 1988. Awe/Gebers: Stockholm.

## **Avhandlingar**

Möller, Kristiina. *Partner Relationships During the Life-Course*; 2003. Förlag: Department of Psychology, Gothenburg University.

## **Artiklar**

Krista S. Gattis/ Sara Berns: *Birds of a feather or strange birds? Ties Among Personality Dimensions, Similarity, and Marital Quality*; Journal of family psychology; 2004, volym 18, nr 4, (s 564-574).

Yoav Lavee/Adital Ben-Ari, *Emotional Expressivness and Neuroticism: Do they Predict Marital Quality*, Journal of family psychology; 2004, volym 18, nr 4, (s 620-627).

## **Internetsidor**

Scb. [http://www.scb.se/templates/tableOrChart\\_48827.asp](http://www.scb.se/templates/tableOrChart_48827.asp); 070425

## **Bilaga**

### **Uppväxt**

#### **Praktiska omständigheter**

- Hur och vart har ni bott? (samma ställe eller flyttat runt)
- Hur var er ekonomiska situation?
- Har du växt upp med en eller två föräldrar?
- Hur var din skolgång?
  - vad tyckte du om skolan?
  - lätt/svårt
  - relation till lärare, vuxna på skolan

#### **Relation till föräldrar/ anknytning**

- Hur skulle du beskriva dina föräldrar?
  - personlighet (blyga, öppna, nervösa, lättsamma, allvarliga, oroliga, neurotiska, sociala, vänliga, stränga, tuffa, bittra, glada)
  - som föräldrar (kärleksfulla, naturliga, tycker om sina barn, stolthet)
- Hur skulle du beskriva din relation till dina föräldrar?
  - närhet/avstånd
  - trygghet (känsla av trygghet i hemmet, ömsesidig oro – oro för föräldrarna)
  - kommunikation (öppen/sluten, vissa områden ok andra inte)
  - behovstillfredsställelse (mat, kläder, fysisk kontakt osv)
  - barndom och tonår (förmåga att hantera)
  - avståndstagande?

#### **Relation mellan föräldrar**

- Hur skulle du beskriva relationen mellan dina föräldrar?
  - närhet/avstånd
  - konflikter
  - anledning till förhållande
  - öppenhet med känslor
  - trygghet i relationen
  - lever tillsammans, skilda osv
  - jämställdhet

#### **Syskon**

- Hur skulle du beskriva din relation till dina syskon under uppväxten?
  - närhet/avstånd (betydelse)
  - plats i syskonskaran (åldersmässigt, hur man tagit plats i förhållande till varandra, roller, mönster)
  - kommunikation (öppen/sluten, vissa områden ok andra inte)
  - avståndstagande?

#### **Ungdomsåren**

- Förälskelser (antal, längd, djup)
- Välmående (psykiskt och fysiskt välmående, självkänsla, upplevelse)
- Hur skulle du beskriva din relation till vänner under tonåren?
  - lätt/svårt att få vänner

- mängd, kvalité
- närhet/avstånd
- kön
- valda eller slump

### **Personlighet**

- Beskriv dig själv som person (nutid).
- orolig
- ångestladdad
- glad, positiv
- blyg
- framåt

### **Nätverk**

#### **Släkt och vänner**

- Hur mycket umgås du med släkt och/eller vänner i vardagen?
- Har du nära relationer till släkt och/eller vänner?
- Pratar ni om känslor
- Pratar ni om din/deras parrelationer? (även utlämnande och känsliga saker)
- Ger dem dig något du inte kan få av din partner?
- Är släkt och/eller vänner betydelsefulla för dig?
- Har ovanstående förändrats över tid?

#### **Relation till andra män**

- Umgås du med andra män än din man?
- Har du någon nära vänskapsrelation till en annan man, har du tidigare haft det?
- Tycker du att bekräftelse från andra män är viktigt/relevant/smickrande?

#### **Arbetskamrater**

- Hur mycket umgås du med arbetskamrater även utanför jobbet?
- Har du nära relationer till arbetskamrater?
- Pratar ni om känslor
- Pratar ni om din/deras parrelationer? (även utlämnande och känsliga saker)
- Ger dem dig något du inte kan få av din partner?
- Är arbetskamrater betydelsefulla för dig?
- Har ovanstående förändrats över tid?

#### **Relation till barn**

- Har du barn?
- Att få barn, hur påverkade det relationen?
- Hur mycket umgås du med dina barn i vardagen?
- Har du nära relation till dina barn?
- Har du och din partner lika nära relation till barnen?
- Hur mycket tid lägger du på barnen? Hur mycket tid lägger din partner på barnen?
- Har ovanstående förändrats över tid?

## Parrelationen

- Berätta om hur du och din partner blev tillsammans.
  - När
  - Var
  - Känsla (växte fram, blyxförälskelse, vänskap först)
  - Förlopp
- Hur var förhållandet i början? (kännetecken, känslor, kvalité, känslor och tankar om partner)
- Har din partner vänskapsrelationer till andra kvinnor? Vad tycker du om det?
  - närhet till andra kvinnor
  - behov av bekräftelse från andra kvinnor
  - otrohet (känner till, tror om, känner inför)
- Vad håller ihop förhållandet?
  - Vad är viktigt för att man ska kunna leva ihop länge?
  - Vad har hållit ihop just erat förhållande?
- Följande komponenter har visat sig spela roll i parförhållande, vi undrar hur viktiga de olika bitarna är för just dig/er? (de står i slumpad ordning)
  - trygghet
  - jämslälldhet
  - kärlek
  - passion
  - frihet
  - sexliv (tillfredställande?Upp/ner?konflikter kring det?lika viktigt för båda?)
  - vänskap
  - att kunna prata om "allt"/lyssna/
  - ärlighet
  - förmåga att glädjas med den andra, i framgångar och glädjeämnen även utanför tvåsamheten
- Händelser som har påverkat förhållandet? (negativa och positiva)
  - familjebildning
  - ålderskriser (medelåldern?)
  - ekonomi
  - yttre påfrestningar (släkting/förälders död)
  - jobbsituation etc
- Vad anser du om otrohet?
  - Förändring i hur man ser det, skillnad över tid.
  - Sex eller förälskelse, vad är jobbigast?
  - Berätta om det/ vara tyst?
  - Kan det vara bra? (hålla ihop förhållandet under stormiga perioder)
- Vad anser du om ärlighet i förhållandet?
  - Finns det saker du inte berättar för din partner?
  - Är lögner ok?
  - Tar man skada av det man inte vet?
  - Vad tycker du om generellt om vikten av att vara ärlig?
- Beskriv hur du ser på kärlek.
  - nu och då
- Vad anser du om skilsmässor generellt?

- är det okej att skilja sig
- Vad tror du att din partner anser om skilsmässor generellt?
- Är det ett val gjort för längesen att leva i ett långt förhållande? Eller är det något som ständigt kräver eftertanke, nytt beslut ?

## Praktiska omständigheter

- Vad har du för utbildning? (hur länge pluggade du?)
- Vad har din partner för utbildning? (hur länge pluggade han?)
- Hur har den ekonomiska situationen sett ut nu och då?
  - har ni gemensam ekonomi?
  - jobbar båda och lika mycket?
  - ekonomiska bekymmer?
  - konflikter pga ekonomi?
- Hur valde ni att dela upp föräldraledighet?
- Hur kom det sig att ni valde att göra som ni gjorde?
  - Hur har jobbsituationen sett ut över tid?
    - Vad jobbar du med?
    - Har du jobbat på olika ställen, eller haft samma jobb?
    - Tycker du om ditt jobb?
    - Vad jobbar din partner med, tycker han om sitt jobb?
    - Prioriterar du och din partner era jobb lika mkt?
- Hur har ni bott över tid?
  - berätta om flyttar, hur det känts och varför ni flyttat
- Hur mycket tid lägger du och din partner på hushållsarbete? (ca, hur stor del gör du, hur stor del gör han i %)
  - Tvätt
  - Matlagning/diska
  - städa
  - trädgård
  - bil
  - reparationer
  - övrigt
- Är du nöjd med fördelningen?
- Vad gör du på din fritid? (hur mycket tid lägger du på dina intresse)
  - intresse
  - förening
  - engagemang
- Vad gör din partner på sin fritid? (hur mycket tid lägger han på sina intresse)
  - intresse
  - förening
  - engagemang
- Har du och din partner gemensamma projekt? (Barnen, renovering, semesterplaner etc). Har ni haft det tidigare?

